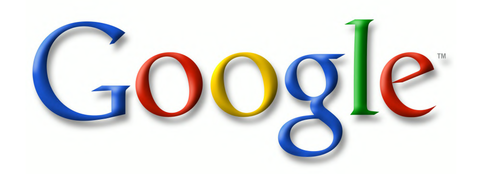








Nervosität und Weltanschauung

Dr. J. Marcinowski.

Verlag von Otto Salle in Berlin W. 30.
1905.



Joh Retzlaff

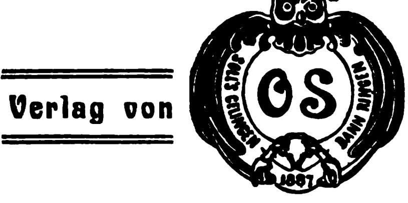
1905 Juni

Nervosität und Weltanschauung.

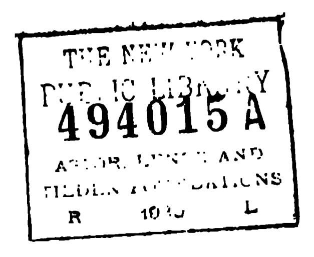
Studien zur seelischen Behandlung Nervöser nebst einer kurzen Theorie vom Wollen und Können.

Von

Dr. J. Marcinowski.



Berlin W. 1905.

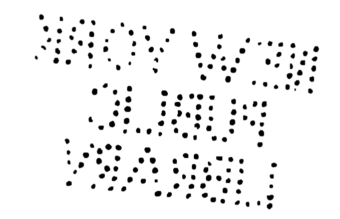


Motto:

Nicht um seiner selbst willen ist das Menschengeschlecht da — sondern um der Aufgabe willen, die es für das Weltall zu leisten hat. Die Menschheit ist ein Organ des Alls, für das es bestimmte Fähigkeiten aus sich zu entwickeln berufen ist. Mit Gehirnbildungen zielt die Natur auf die Entwicklung von Bewußtseinsmöglichkeiten und mit dem Menschen auf die Bildung sittlicher Kräfte. Nicht Menschen also will die Natur schaffen, sondern sittliche Werte.

Darum erscheint sie oft grausam und fühllos für den, der sie vom Standpunkt des Einzel-Menschen betrachtet, der alles auf sich bezieht. — Selbstwahn das Ganze! Wer den Menschen begreifen will, muß sich auf den Standpunkt des Weltalls stellen.

So nur werden wir frei von den Fesseln des Leidens an uns selbst, frei von den Fesseln des Wahns vom Werte des Äußerlichen.



Meiner Schwester

zugeeignet.

Zum Geleite.

Auf den folgenden Blättern habe ich den Versuch gemacht, von den praktischen Gesichtspunkten meines ärztlichen Berufes aus eine Weltanschauung darzustellen — ein Glaubensbekenntnis, wenn man so will. — An vielen Stellen wird das allerdings weit über die zunächst liegenden, praktischen Ziele der Psychotherapie hinaus zu gehen scheinen, aber der Zusammenhang mit ihnen dürfte doch überall gewahrt sein, auch wo es zutage tritt, daß meine Absicht nicht minder das eigene Suchen nach erlösender Wahrheit umfaßt.

Damit weitet sich der Leserkreis, an den ich mich wende, wenn ich auch auf dem Titel nur den praktischen Zweck meiner Arbeit hervorhebe, und es ist eine begreifliche Regung, wenn ich den Wunsch hege, daß diese Zeilen nicht nur nervösen Kranken, sondern auch den Suchenden anderer Art in die Hände gelangen möge.

Was ich ihnen biete, möchte ich als die Grundzüge eines „monistischen Idealismus" bezeichnen. Die zwei schönsten Begriffe der Weltweisheit sind darin zu einem einheitlichen Weltbilde zusammengefaßt, und so entspricht es meinem religiösen Gefühl.

Das drückt natürlich jeder in seiner Sprache aus, „warum nicht ich in der meinen?" — obwohl wir alle nur

zu stammeln vermögen, wenn wir so Unausdrückbarem gegenüberstehen. Wir werden immer nur mit Faust sprechen können:

— „Erfüll davon dein Herz, so groß es ist,
Und wenn du ganz in dem Gefühle selig bist,
Nenn es dann, wie du willst — —"
„Gefühl ist alles; Name ist Schall und Rauch." —

Deshalb habe ich es auch nie begreifen können, wie man in Glaubenssachen und Glaubensformen unduldsam sein kann und anderer Anschauungsweise zu „verurteilen" vermag. Wir meinen ja doch alle dasselbe, was jeder nur in seiner Art und nach dem Stande seiner Erkenntnisentwicklung ausdrücken kann. Warum will man die Dichtungen des religiösen Denkens nicht mit der gleichen Naivität genießen wie andere Kunstwerke, und sich ihrer Kraft freuen, auch wo die Ausdrucksweise nicht der Sprache unseres eigenen Wesens entspricht! —

Möchte dieser Standpunkt auch den folgenden Blättern gegenüber gewahrt werden — der Standpunkt dessen, der meine Ziele, nicht die menschlich unvollkommenen Ausdrucksmittel ansieht.

In diesem Sinne gebe ich meiner Schrift die Worte zum Geleit, mit denen Goethe die Zumutung ablehnte, dem höchsten menschlichen Empfinden die Fesseln dogmatischer Lehrsätze anlegen zu lassen:

„Frei will ich sein im Denken und im Dichten —
im Handeln schränkt die Welt genug uns ein!" —

Sanatorium Woltersdorfer Schleuse
im Frühling 1905.

Dr. J. Marcinowski.

Inhaltsangabe.

Erſter Teil.

Nervoſität und Weltanſchauung.

		Seite
Einleitung:	. . . .	1
I.	Die Nervoſität als Gefühlskonflikt und die Rolle der Logik.	3
II.	Nutzanwendungen. Vom Mißverſtehen und Gekränktſein.	10
III.	Von der falſchen Beachtung krankhafter Zuſtände. . . .	15
IV.	Die Abhängigkeit des Körpers vom Gehirn.	20
V.	Vom pſycho-phyſiſchen Parallelismus und vom identiſchen Vorgang mit zwei Fronten. (Seele und Körper.)	25
VI.	Vom Sinn der Welt.	29
VII.	Von der geſtaltenden Kraft der Umgebung und von der perſönlichen Reaktion als eigener Tat.	34
VIII.	Von der Notwendigkeit. Von der ſittlichen Freiheit und von der Verantwortlichkeit.	40
IX.	Vom Egoismus und vom Altruismus.	49
X.	Vom Zufall, vom Zweck und von der Vorſehung.	51
XI.	Von der ausgleichenden Gerechtigkeit. Von Sünde, Strafe und Lohn und vom Gewiſſen.	56
XII.	Von der Erhaltung von Kraft und Stoff und vom Geſetz der ſteigenden Werte.	60
XIII.	Vom Aufſtieg und Niedergang in der Entwicklung und von der „aktiven Reſignation" im großen.	64
XIV.	Vom Wert der Perſönlichkeit und vom Inhalt des Jenſeits.	70
XV.	Von der Gottheit.	75
XVI.	Vom Menſchen und ſeinen ſittlichen Idealen.	84
Nachwort zum erſten Teil.	. . . .	88

Zweiter Teil.

Eine kurze Theorie vom Wollen und Können.
(Die Zielvorstellungen.)

Seite
Einleitung: 93
I. Vom Wollen und Handeln. 95
II. Vom Wollen und Aufmerken. 100
III. Von den falschen Zielvorstellungen. 109
IV. Weitere Folgen der fehlerhaften Technik des Wollens. (Die Hemmungszustände.) 114
V. Von den positiven Zielvorstellungen und von der Idee des Erreichbaren. 117
VI. Vom Wollen und Können. 121

Schlußwort.

Von der gestaltenden Kraft des Gedankens. 128



Erster Teil:

Nervosität und Weltanschauung.

Einleitung.

Es wohnt im Menschen ein unbezwinglicher Trieb, für die Rätsel des Lebens eine befriedigende Deutung zu suchen. Die Unklarheiten und Unverständlichkeiten um uns herum quälen uns, und wir dürsten danach, uns von ihnen zu befreien. Das einzige Mittel dazu besteht in der Bildung einer Weltanschauung, welche die Dinge in einem anderen Licht erscheinen läßt, sodaß sie uns eben nicht mehr quälen – ja, daß sie uns beglücken und uns erlösen von der Unerträglichkeit dieses Geschehens um uns her, die solange besteht, wie wir sie unserer Ohnmacht gegenüber als eine brutale und gefühllose Willkür empfinden. Der Weg zum Frieden ist die Erkenntnis des welterfüllenden Gedankens der Gottheit. In ihm finden wir Ruhe für unser „Suchen nach Wahrheit", wie wir diese Friedenssehnsucht nennen.

Was das mit der Nervosität zu tun hat? — sehr viel — denn der Nervöse leidet unter diesen Gefühlskonflikten stärker als andere Menschen, und zu seiner Genesung, zur Heilung der Störung seines seelischen Gleichgewichts — ist als Grundlage eine Weltanschauung notwendig, welche seine verängstigsten Sinne ablenkt von persönlichem Leid und hinlenkt zu Ewigkeitsgedanken, in denen es untersinkt. Der Nervöse bedarf einer ganzen Weltanschauung zur Ver-

stärkung seines sittlichen Trieblebens und zur erzieherischen Beeinflussung seiner Schwächen.

Aber erst am Schlusse dieser Blätter will ich auseinandersetzen, wie ich dazu kam, diesem Gedanken Worte zu leihen. Man wird sie dort besser verstehen als hier am Anfang.

Meinen Darlegungen gebe ich die Form, die ich aus dem täglichen Verkehr mit meinen Kranken her gewohnt bin. Natürlich ist jedes Gespräch ein stilisiertes Gebilde, keine unmittelbare Aufzeichnung. Die Trennung in XVI Abschnitte folgt keinem systematischen Aufbau, sondern dient praktischen Zwecken; die einzelnen Teile sind gewissermaßen breit ausgeführte Aphorismen.

Eine erschöpfende Metaphysik zu geben, lag nicht in meiner Absicht. Nur was dem oben angeführten Grundgedanken dient, fand hier Platz — also das, was zur Entwicklung einer „aktiven Resignation"[1]) führt, und was die Bildung einer sittlichen Persönlichkeit anbahnt. Mancherlei, was noch hierher gehören mag, findet sich in meiner ersten Schrift: „Im Kampf um gesunde Nerven", aus deren Inhalt ich hier nichts direkt wiederholt habe. Beide Schriften ergänzen einander insofern, als die vorliegenden Blätter eine Vertiefung desjenigen Abschnittes darstellen, welcher das letzte Kapitel meines Buches beschließt und vom „sittlichen Ernst und der Weltanschauung" handelt.

An dieser Weltanschauung wird man wichtige Bestandteile unseres sittlichen Verhaltens vermissen, weil ich darin über das gegenseitige Verhältnis von Mensch zu Mensch nur wenig gesagt habe. Der Grund dafür liegt darin, daß ich die für den nervösen Menschen wesentlichen Beziehungen dieser Art bereits im zweiten Kapitel des er-

[1]) Vergleiche Kap. V. 1. des zweiten Teils meiner im selben Verlage erschienenen Schrift: **„Im Kampf um gesunde Nerven."** Ein Wegweiser zum Verständnis und zur Heilung nervöser Zustände. Für Ärzte und Laien bearbeitet. 2. gänzlich umgearbeitete Auflage. 2 Mark.

wähnten Buches ausgeführt habe. Deshalb unterließ ich es, hier noch einmal zu wiederholen, was dort über den „Umgang mit nervösen Angehörigen“, über Verstehen und Verzeihen, Duldung und Güte, und Ähnliches gesagt worden ist.

Wer von meinen Lesern an diese Blätter mit der Schärfe fachphilosophischer Kritik herantritt, wird weniger Freude an ihnen gewinnen, als der, welcher sie nur naiv genießen will. Philosophie und Metaphysik sind zwar in ihren Grundlagen Wissenschaften, in ihrer Darstellung aber Dichtungen, die beglücken wollen. Das mögen die gestrengen Kritiker nicht vergessen. Um Ansichten wollte ich hier nicht rechten, und um eine Polemik nach irgend einer Richtung bin ist es mir nicht zu tun. Anderer Glaubensmeinung ist mir heilig, und ich habe sie stets geachtet, allerdings dafür auch gefordert, daß man mir mit gleicher Münze diene.



I. Die Nervosität als Gefühlskonflikt und die Rolle der Logik.

„Doktor, nun sagen Sie mir mal vor allen Dingen, was heißt denn das eigentlich: Neurasthenie? — Wenn ich nun schon an so etwas leide, so will ich doch wenigstens genau wissen, was das ist.“ —

Ja, das ist mit wenigen Worten umschrieben und umfaßt doch Ihr ganzes Seelenleben, welches Sie in allen seinen Einzelheiten auf meine Erklärung hin prüfen sollten. Das wird Ihnen Klarheit in viele Verhältnisse bringen, die solcher Klärung sehr dringend bedürfen, wenn Sie durch sie nicht leiden wollen.

Die Nervosität ist nämlich eine Störung des seelischen Gleichgewichts, die dadurch zustande kommt, daß das Gefühlsleben bei weitem an Intensität überwiegt und die verstandesmäßige Verarbeitung von Eindrücken dagegen allzusehr in den Hintergrund tritt.

Nicht als ob der Neurastheniker nun allemal ein „unlogischer" Mensch sei — beileibe nicht. Aber, was nützt mir der Mantel, wenn er nicht gerollt ist — was kaufe ich mir für eine Logik, wenn sie nicht benutzt wird! Und daran liegt es.

Die Eindrücke werden beim Nervösen allzu „gefühlsmäßig" verarbeitet und die entsprechenden Anschauungen darauf gebildet, ehe die Logik überhaupt dazu kommt, ihre Ansicht darüber zu äußern, den Eindruck zu kritisieren und sich an seiner Verarbeitung zu Urteilen zu beteiligen.

Sie erinnern sich wohl des Bildes, welches ich zur Erläuterung dieser Verhältnisse gebrauchte[1]). Ich verglich unsere Gehirntätigkeit da mit der Arbeit in einem Ministerium, welches in seiner Organisation zwei große Abteilungen aufweise: Die Abteilung G. für Gefühlssachen und die Abteilung L. für Logik.

Der Chef der Abteilung G. ist nun bei Ihnen ein etwas erregter Herr, welcher nicht die ruhige Sicherheit besitzt, welche bei seiner Stellung wünschenswert wäre, und aus dieser Verfassung heraus machen alle seine Maßnahmen, die Ergebnisse seiner Tätigkeit, den Eindruck der reizbaren Schwäche — der deutsche Ausdruck für das griechische „Neurasthenie."

Wir haben es also ganz einfach mit einer erhöhten Reizbarkeit Ihrer Gefühlszentren zu tun, mit einer lebhafteren Eindrucksfähigkeit in dieser Hinsicht, und daraus entwickelt sich jene feinere Art des Empfindens, durch die der

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 84.

Nervöſe ſo leicht mit der Brutalität der Objekte in Konflikt gerät.

Wäre das nicht, und würde der Neuraſtheniker durch ſeine größere Eindrucksfähigkeit nicht immer gar ſo leicht zu einem Spielball der äußeren Eindrücke, man dürfte ſeine höhere und feinere Gefühlsorganiſation durchaus nicht als Schwäche bezeichnen[1]. Im Gegenteil, der nervöſe Menſch ſtellt in vieler Hinſicht einen viel tiefer angelegten und auch einen leiſtungsfähigeren Typus dar, als der plumpe Kalt- ſchläger mit ſeinem viel weniger reichen Innenleben. Aber — und da ſitzt der Haken — um dieſe nervöſe Anlage auszu- nützen und ihr zum Trotz geſund und glücklich bleiben zu können, iſt es nötig, daß dem Überſchwang der Gefühle eine gute Doſis Logik beigemiſcht bleibt und nicht immer erſt hinterher verzapft wird, wenn es bereits zu ſpät iſt und durch irgend welche rein gefühlsmäßige Verarbeitung äußerer oder innerer Reizwellen bereits Vorſtellungen und Urteile geſchaffen wurden, die dann ſchwer richtig zu ſtellen ſind — semper aliquid haeret.

Die Vorſtellungen des Nervöſen ſind alſo oft falſch und töricht. Sie beruhen eben auf fehlerhafter Verarbeitung in unſeren geiſtigen Zentren, und die Leute, welche die Nervo- ſität als eine Geiſtesſtörung en miniature anſehen, haben mit ſolcher Anſchauung durchaus nicht ganz unrecht; denn unſer Standpunkt zur Welt der Objekte wird durch dieſe unharmoniſche Vorſtellungsbildung ein verſchobener, alſo „ver—rückter". Wir ſehen die Dinge eben unter einem ſchiefen Geſichtswinkel, und darum erſcheinen ſie uns dann anders, als ſie ſind.

Nehmen Sie dieſe Feſtſtellung, bitte, nicht tragiſch, Sie befinden ſich mit dieſer Diagnoſe in ſehr anſtändiger Geſell-

[1] Vgl. „Im Kampf . . . uſw." S. 48.

schaft. Einen lütten Knax haben wir mehr oder weniger alle. Ja, unser ganzes Urteilen ist schließlich ein fehlerhaftes, weil rein subjektives, und kann niemals ein objektives werden; denn die Tastorgane unserer Psyche sind allzu unvollkommen und vor allem auch zu unvollständig, als daß es anders sein könnte. Haben wir Empfinden für magnetische Ströme? — Nein. Für elektrische Spannungen? — Na, sagen wir mal, dumpfe Ahnungen — wirkliche Gefühle doch wohl kaum. Was mag es aber noch alles zwischen Himmel und Erde geben, wovon wir keine Ahnung haben, weil es uns eben einfach an den erforderlichen Sinnesorganen gebricht, und weil wir noch nicht in der Lage waren, das fehlende Organ künstlich zu ersetzen, wie es uns z. B. für den Magnetismus durch schwingende Eisennadeln geglückt ist.

Unser Urteil stützt sich also auf unsere Empfindungen, und wo wir es bei der Urteilsbildung unterlassen, diese Grundlage einer logischen Kritik zu unterziehen, da nimmt unser Gefühl alles für bare Münze und glaubt seinen Tastorganen, den Sinnen, aufs Wort, was sie auch für das Empfinden sagen — auf körperlichem wie auf seelischem Gebiet.

Diese Leichtgläubigkeit ist allen Menschen eigen, nur nimmt sie immer mehr zu, je nervöser wir sind, und wirft unser Seelenleben gegebenenfalls aus dem Gleichgewicht, trotzdem eine gutgeschulte Logik daneben zur Verfügung stand und es sehr wohl hätte verhindern können, daß man auf dem kritikarmen Standpunkt eines kindlichen Gehirns verharrte. Diese Form der Urteilsbildung ist nämlich dem Kinde am meisten eigen, welches noch kein kritisches Vermögen hat — dem reifen Manne dagegen am wenigsten, weil der im allgemeinen die geschulteste Logik besitzt — während die weibliche Art zu urteilen den oben gekennzeichneten Fehler am leichtesten bewahrt. Ihre Sinnesart hat deshalb Möbius in seiner bekannten Broschüre sogar als den „physiologischen Schwachsinn des Weibes" kennzeichnen zu sollen geglaubt.

Wie überall in der Natur, so gibt es eben auch hier keine scharfen Grenzen zwischen Normalem und Krankhaftem. Die Nervosität beginnt mitten im Gesunden und reicht mit ihrem andern Ende bis in die echten Seelenstörungen hinein. Eine völlige Harmonie im idealen Sinne gibt es für unser Gehirn überhaupt nicht, und unsere Charakterunterschiede und persönlichen Eigenheiten beruhen schließlich im Prinzip auf denselben disharmonischen Verarbeitungsgewohnheiten, welche wir nur erst als Nervosität bezeichnen, wenn sie ein gewisses Maß überschritten haben.

Die Neigung zu solchen Überschreitungen, die erhöhte Reizempfänglichkeit läßt uns zunächst nur einen reicheren und glücklicheren Lebensinhalt gewinnen, als wir es ohne diese vermeintliche Schwäche gekonnt hätten. Nur enthält diese Neigung allerdings eine Gefahr, die Gefahr der Übertreibung, welche zur Störung des seelischen Gleichgewichts führt. Die aber ist heilbar, die nervöse Anlage nicht — beinahe hätte ich gesagt: „Gott sei Dank, nicht!"

Sehen Sie, es kommt nur darauf an, die zur Verfügung stehende Logik zur Arbeit mit heranzuziehen und richtig zu benutzen. Die Verstandeskritik muß mitarbeiten lernen, und wir müssen uns in täglicher mühsamer Pfennigarbeit daran gewöhnen, sie zu Wort kommen zu lassen. Mit dem Gewicht ihrer Entscheidungen soll sie ein Gegengewicht abgeben gegen die allzu voreilig auf die Wagschale geworfenen Gefühlstöne. Wenn Sie das tun, so werden Sie die Welt mit anderen Augen anschauen lernen, und dann wird sie Ihnen nicht mehr wehe tun, Sie nicht mehr beleidigen und verletzen.

Der Kaiser Marc Aurel schrieb in seinen berühmten Selbstbetrachtungen, man brauche nur seine Meinung von den Dingen zu ändern, um sich in völlige Sicherheit vor ihnen zu bringen — und er hat recht. Nicht die Dinge sind es, die uns quälen, sondern unsere Meinungen über die Dinge, unsere Vorstellungen von ihnen.

Ich sagte Ihnen, der Nervöse käme kraft seines feineren Gefühlslebens fortwährend in Konflikt mit der Brutalität der Objekte. Das ist es grade, was uns leiden läßt. Die Welt ist nun mal anders, als wir möchten, ganz anders, als es unserem Gefühl entspräche. Wir suchen Märchen und jammern auf unserem dornigen Pfade gleich Kindern, die sich verirrt haben. Darum brauchen wir eine Weltanschauung, die uns von diesem Konflikt erlöst, wenn anders wir in dieser Welt der gefühllosen Objekte Glück und Ruhe finden sollen.

Wie könnte uns aber aus diesen Konflikten eine Weltanschauung erlösen, die nicht von dem Punkt ausgeht, daß sie in erster Linie unsere Meinung über die Dinge ändern und richtig stellen muß. Die Dinge selbst bleiben, was sie sind; aber in anderer Beleuchtung gewinnen sie nicht nur ein ander Gesicht, sondern auch eine andere Bedeutung. Und das ist es, wonach wir trachten.

Darum müssen wir immer wieder den Schleier lüften, der das Heiligtum von Saïs vor unseren blöden Augen verbirgt — Stück für Stück muß er fallen; denn wir haben nicht eher Ruhe, bis wir wissen, was der Sinn dieser sonst unbegreiflichen Welt der Objekte sei, die uns durch ihre Gefühllosigkeit kränkt und verletzt.

Erlösung kann uns nur werden durch eine Weltanschauung, die uns Frieden schließen läßt mit dem Weltgeschehen. Auf keinem anderen Wege gibt es eine Lösung dieses Konfliktes, in den uns unsere Art zu empfinden bringt, denn das „Land der Gerechten“ [1]), nach dem jener arme sibirische Ansiedler suchte, das gibt es nicht — und das brauchen wir dann auch garnicht.

Nicht in der umgebenden Welt liegt die Ursache unserer Nervosität und unserer Leiden, sondern in uns, in der unharmonischen Arbeitsleistung unserer vorstellungsbildenden

---

[1]) Max. Gorki, Nachtasyl.

Zentren. **Hier**, nicht dort, muß auch die heilende Abänderung einsetzen! —

Sehen Sie, darum treibe ich Psychotherapie, weil ich mit keiner anderen Behandlungsweise den Krankheits*herd* so unmittelbar angreifen kann, das Übel an der Wurzel packend. Freilich die Neurasthenie hat auch *körperliche* Grundlagen, die ich schon früher einmal breit auseinandergesetzt habe[1], und diese Grundlage erheischt Maßnahmen physikalischer und diätetischer Art, weil die ganze Lebensweise von großem Einfluß auf unsere nervöse Frische ist. Aber wichtiger noch als die Lebensweise ist die Lebens*auffassung* für den kranken Menschen. Aus ihr leitet sich die *Grundstimmung* her, die für Leiden und Heilung von weittragendster Bedeutung ist.

Aber mancher Nervöse kommt mir vor wie ein kleines ungelehrtes Hündchen, das an der Leine gehen soll und sich in wahnsinniger Erregung gegen diese Fessel sträubt. Es zerrt und reißt, es stürzt zu Boden und wälzt sich umher, es läßt sich schleifen, daß ihm das Band den Hals zuschnürt und es zu ersticken droht. Du lieber Gott, das arme Tierchen braucht nur ruhig seinen ihm bestimmten Weg zu gehen, und es würde die Fessel seines Geschickes kaum spüren, die ihn gängelt.

So schaffen wir uns Leiden durch eignes Verhalten. Das Schicksal führt uns alle gleichsam an einem Narrenseil und scheint ein Vergnügen daran zu haben, uns zu necken, wie wenn tückische Teufelchen die Welt der Objekte regierten. Achten wir ihrer, und ärgern wir uns gar über sie, so können wir gewiß sein, daß sie ihr Spiel nur um so ärger treiben. Erst wenn wir — auch innerlich — auf jedes Abwehrbestreben verzichten und vielleicht durch einen lächelnden Scherz den Beweis geliefert haben, daß wir *über* unserem äußeren Geschick stehen, erst dann verschwinden die Plagegeister; denn

---

[1] Vgl. „Im Kampf . . . usw.", Teil I.

solche Menschen zu necken, die sich nicht ärgern, das lohnt sich nicht. — Die Aufgabe des Geschicks ist dann eben erfüllt, die sittliche Stufe errungen, auf die wir hinauf sollten. —

Und Sie müssen es nur einmal selbst erlebt haben, was es ausmacht, ob Hoffnungslosigkeit und wilde Verzweiflung ein Leiden begleiten, oder ob ruhige Würde oder gläubige Ergebung es fast gering erscheinen lassen. Dann würden Sie mir glauben, daß es einen recht praktischen Hintergrund hat, wenn ich Ihnen gegenüber von einer Weltanschauung als Heilmittel spreche.

II. Nutzanwendungen.
Vom Mißverstehen und Gekränktsein.

„Wissen Sie, Doktor, mit der Logik ist das aber manchmal so eine Sache, — immer hilft sie nicht. Was sagen Sie z. B. zu folgender Geschichte. Schreibt meine Schwester neulich etwas ganz Harmloses, und ich habe mich darüber furchtbar aufgeregt. Ich habe mir dann nach Ihrem „logischen" Rezept alles klar gemacht und bin auch dahinter gekommen, daß ich ganz grundlos einem riesigen Mißverständnis zum Opfer gefallen bin, aber das Gefühl der Bitterkeit will nicht weichen." —

Nun, da haben wir ja gleich einen praktischen Beleg dafür, daß ich recht hatte, wenn ich Ihre Nervosität als eine Voreiligkeit des Gefühls bezeichnete. Sie bilden falsche Urteile, unter denen Sie leiden, und — was das Häßliche daran ist — auch andere müssen darunter mit leiden. Da nutzt die

Einsicht hinterher nicht viel. Aber das gilt nur für diesen einen Fall, der nun doch einmal verpfuscht ist, nicht aber für die Zukunft, für welche wir wichtige Lehren daraus ziehen können.

Gehen wir der Sache einmal näher zu Leibe. Ihre Erregung war zu tief, der muß noch etwas anderes zugrunde liegen. —

— „Ja, das stimmt. Meine Schwester neckte mich, und zwar in einer Weise, die mir alte Dinge in Erinnerung rief, von denen sie vielleicht nicht einmal etwas weiß. Sie hat mich in meiner Jugendzeit mit einer Geringschätzung behandelt, die mich aufs tiefste verletzte, und daran nun mahnte mich ihre Neckerei —"

— und die alte Erregung kam hoch, und Sie nahmen harmlose Worte übel, denen ihre Erregung noch dazu garnicht galt. Sehen Sie, da ist eine ganze Reihe von Vorstellungen wach gerufen worden, die unabgeschlossen in Ihnen ruhten oder richtiger als unbewußte Unterströmung fortbestanden haben. Ihr törichtes Verhalten all die Jahre hindurch rächt sich so an Ihnen. Warum haben Sie Ihrer Schwester nicht damals gesagt, daß Sie verletzt waren? Wissen Sie denn, ob die von Ihnen so schwer empfundene Geringschätzung überhaupt bestand? Sie ist wahrscheinlich ebenso nur ein Produkt ihres eigenen Gefühls und nie ein Bestandteil im Vorstellungsleben Ihrer Schwester gewesen.

Es war aber Ihre Pflicht, ihr das zu sagen, damit sie wissen konnte, womit sie Ihnen wehe tat. Das verlangt schon das vertraute Verhältnis zwischen Ihnen. So aber schufen Sie eine andauernde Erregung, eine seelische Spannung, die Sie mit Logik allerdings nicht beseitigen können. Sie mildern Ihre Erregung wohl durch klare Einsicht in das Mißverständnis und durch die Erkenntnis der Absichtslosigkeit, aber erst durch eine freimütige Aussprache, erst dadurch, daß sich zur Verstandeskritik eine entsprechende Gemütsbewegung

gesellt, werden Sie frei. Es gehört dazu eine gefühls-betonte Handlung — alles Tun ist gefühlsbetont.

„Man heilt Leidenschaften nicht durch den Verstand, sondern durch andere Leidenschaften.“ (Börne.)

Der richtige Weg zur Befreiung von all solchen quälenden Anhäufungen unabgeschlossener Erregungswellen ist darum nicht nur die logische Zersetzung derselben, sondern vor allem die ihr folgende Tat.

Das sei die Regel für Ihr Verhalten, wenn Sie einem falsch gebildeten, persönlichen Urteil gegenüber stehen. Aber wichtiger als das wäre es, einem solchem durch Ihre innere Stellung vorzubeugen, die ich in die Worte zusammenfassen möchte: Wen ich lieb habe, der kann mich gar nicht verletzen! —

— „Nanu, Doktor, wen ich lieb habe? — Wer mir gleichgültig ist, über dessen Meinung und Gesinnung kann ich kalt lächelnd zur Tagesordnung übergehen. Aber je näher jemand meinem Herzen steht, desto empfindlicher muß mich doch sein Verhalten kränken.“ —

Nein, sondern nur desto mehr hatten Sie in Ihrem Innern von ihm beansprucht; desto mehr waren Sie geneigt, ein ganz bestimmtes Verhalten von ihm zu verlangen oder gar stillschweigend vorauszusetzen. Und Sie sind dann verstimmt, wenn der andere nicht ganz von selbst darauf verfällt, Ihrem Wunsche genau zu entsprechen, was selbstverständlich meist ausbleibt. Ahnungslos verletzt er Sie täglich und stündlich durch sein „mangelndes Verständnis“. Sie allein sind dabei ihres Leides Quell, niemals der Andere! —

„Gut, wo er mich ahnungslos kränkte, da mag Ihre Anschauung die rechte sein; obwohl ich meine, ein Schlag, der mich versehentlich trifft, schmerzt genau so, als wenn er mit Absicht geführt wurde. Aber wenn mich meine Schwester absichtlich kränkte — ich setze nur theoretisch den Fall — auch da sollte das Gefühl von Verletztsein keine Berechtigung haben?“ —

Wenn sie versehentlich und absichtslos traf, so muß es ihr weh tun, sobald sie merkt, daß sie getroffen hat, und dann verlange ich von Ihnen, daß Sie nicht mit der Wimper zucken und den Schmerz nicht zeigen, weil er den ihren sonst vermehren müßte. Auch habe ich garnicht verlangt, daß Sie keinen Schmerz empfinden sollen, sondern nur das Gefühl des „persönlich verletzt seins“, das habe ich als mangelnde Liebe und mangelnde Güte bezeichnen-wollen — ja auch einer absichtlichen Kränkung gegenüber.

Ich will, daß Sie so hoch über den Dingen stehen sollen, daß solche Vorgänge Sie persönlich nicht berühren können und nicht an Sie heranreichen. Über den Dingen — nicht über den Menschen — sonst würden sie ja nur zu verzeihen und zu vergeben brauchen, nachdem sie gekränkt waren. Ich meine, Liebe darf nicht erst zu verzeihen nötig haben; ihr sollte die Voraussetzung dazu fehlen.

Liebe bleibt in unwandelbarer Ruhe als Liebe bestehen, unbeirrt von den Dingen. Sie weiß, was da geschah, das entsprach nicht dem wahren, innersten Wesen dessen, den sie liebt. Ihr Vertrauen darin ist so unzerstörbar, daß sie auch einer Beleidigung gegenüber unpersönlich und unbeirrt bleibt. Man soll sich nur in dem andern verletzt fühlen können, nicht aber persönlich in sich. Und selbst wenn der andere sagt, ich will dir wehe tun, so sollen wir lächeln können und sprechen: ich weiß das besser, denn ich habe dich lieb.

Nicht die Beschämung des Verzeihens dürfen wir denen auferlegen, die uns gekränkt haben, sondern aus unserer Liebe und Güte soll ein Quell sprudeln, der die Kränkung wegspült und auslöscht, 70 × 7 mal — ein Quell von unversiegbarem Reichtum an Liebe.

Wir dürfen uns nicht über den stellen, der uns wehe tat, nicht einmal neben ihn, um ihm die Hand zu reichen; unter ihn müssen wir uns stellen, daß wir ihn tragen mit unserer Liebeskraft, denn er tat sich selbst mehr Schaden und Leid mit seinem Wesen an, als er uns, uns kränkend, zuzufügen

imstande ist. Für ihn dürfen Sie darum Schmerz empfinden und auch meinetwegen zornig sein, aber nicht aus dem Gefühl einer persönlich empfundenen Beleidigung heraus, welche Rache heischt, sondern aus der inneren Notwendigkeit zu besonnener Hülfeleistung.

Wenn Sie so denken lernen, dann werden Sie statt dieser Fülle von selbstgeschaffenen Mißverständnissen, mit denen Sie sich und andere quälen, viel reine Freude aus Ihrer Liebesfähigkeit erwachsen sehen und aufhören, über alle möglichen „unbefriedigenden" Verhältnisse zu klagen und sich als unverstandenen Märtyrer zu fühlen. —

— „Ja soll man denn garnichts von seinem Nebenmenschen erwarten und verlangen dürfen?" —

Wünschen und erbitten? — ja! Aber verlangen, beanspruchen oder erwarten? — niemals!

Erinnern Sie sich noch an jenen Fall in meinem Buch [1]), wie ich jenen Vater über seine wunderliche Art aufklärte, das unverdiente Vertrauen seines Sohnes als einfache Kindespflicht zu beanspruchen, und wie ich ihm zeigte, daß er das Vertrauen seines Sohnes nur von sich selbst zu beanspruchen habe? Wer etwas verlangt, der werde so, daß es ihm von selbst geschenkt werde.

Durch Ihre Liebe müssen Sie Ihre Nebenmenschen zwingen, so zu sein, wie Sie es wünschen, daß sie wären. Das ist die Tat, die Sie vom Leiden durch ihre Mitmenschen befreit. Erfolg davon erwarten? — Das entspräche nicht dem Sinn meiner Worte. Erwarten sollen Sie überhaupt nichts von Ihren Nebenmenschen, denn dabei müssen Sie Unglücksempfindungen ernten. „Nimm dir nichts vor, dann schlägt dir nichts fehl." Aber freuen, von Herzen freuen sollen Sie sich über jedes Liebesgeschenk, das das Geschick in Ihren Schoß

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 77.

wirft; nur zu beanspruchen haben Sie nicht, was nur als freie Gabe Wert besitzt!

III. Von der falschen Beachtung krankhafter Zustände.

„Wenn ich Sie recht verstanden habe, Doktor, so legen Sie also auf die eigentliche Behandlung meiner Beschwerden gar kein Gewicht?“ —

Ja und Nein. — Auf die Behandlung der Beschwerden selbst — sicher nicht; denn damit würde ich Ihnen einen schlechten Dienst erweisen. Aber auf die Behandlung des Herdes, von dem Ihre Beschwerden ihren Ausgang nehmen, darauf lege ich allerdings Wert.

Die Sache hängt so zusammen. Ich sagte Ihnen schon, daß wir die fehlerhafte Verarbeitung von Reizwellen im Gehirn als das Wesen der Nervosität bezeichnen müssen. Demnach ist dort — am Sitz des Vorstellungslebens — auch der Angriffspunkt für die Behandlung zu suchen, welche dementsprechend in der zielbewußten Umbildung dieses unrichtigen Vorstellungsinhaltes zu bestehen hat.

Nennen Sie das meinetwegen Suggestion oder seelische Beeinflussung, wie Sie wollen — auf den Grundsatz allein kommt es an.

Nun kann die Technik der Behandlung natürlich eine sehr verschiedene sein. Nehmen wir mal Ihre Magenbeschwerden als Beispiel vor. Daß sie nervöser Natur sind, besagt schon deren Launenhaftigkeit. Gestern vertrugen Sie in vergnügter Gesellschaft einen ganzen Berg von Hummermajo-

naiſe tadellos, und heute ſind Sie einem Kinderſüppchen erlegen.

Nun könnte ich Ihnen ja mit wichtiger Miene eine bis ins kleinſte ausgeklügelte Diätvorſchrift geben, nach Kalorien berechnet und portionsweiſe abgewogen. Mit einem Tiſchthermometer müßten Sie nach beigelegter Tabelle genau den Wärmegrad von Suppen und Gemüſen beſtimmen uſw. Sie würden entzückt über die Sorgfalt Ihres Arztes ſein und mit Feuereifer an die Befolgung ſeiner Ratſchläge gehen, die Ihnen durch die Fülle „wohldurchdachter Einzelheiten“ ja gewaltig imponieren würden.

Unter allmählicher Abänderung dieſer Vorſchriften könnte ich Sie dahin führen, wohin ich Sie haben will. So würden Sie lernen, wieder alles zu genießen, wie andere Sterbliche es zu tun pflegen, und Sie würden mich als Ihren Retter preiſen.

Aber, was würde ich außerdem erzielt haben? — Sie kämen im ganzen Leben nicht von der Vorſtellung los, daß die Innehaltung ganz beſtimmter Diätvorſchriften, vor allem beſtimmter Diätverbote, von ungeheurer Wichtigkeit für Sie ſei. — Und vor dieſer geradezu erbärmlichen Abhängigkeit will ich Sie bewahren, zumal dieſelbe nicht ſachlich bedingt wäre, ſondern nur in Ihrer Vorſtellung beſtehen würde. Sie hätten das Ziel, von ihrem nervöſen Magenleiden befreit zu werden, nur ſcheinbar erreicht.

Nein — da ſcheint es mir doch würdiger und Ihrem Bildungsgrade angemeſſener zu ſein, wenn wir unmittelbar auf den Sitz des Leidens losgehen und den falſch gebildeten Vorſtellungsinhalt ſelbſt vornehmen. Wir wollen die unberechtigte aſſoziative Verknüpfung gewiſſer Vorſtellungen zerſtören, jene Autoſuggeſtionen, auf denen Ihre vermeintliche Abhängigkeit von einer beſtimmten Diät beruht.

Sie aſſoziieren rein gefühlsmäßig den Genuß der oder jener Speiſe mit irgend einem unangenehmen Organgefühl, welches zu gleicher Zeit — aber vielleicht aus ganz anderen

Ursachen herrührend — Ihrem überzarten Empfindungsleben zum Bewußtsein kam. Woher das kam? — Ja, wer will das allemal feststellen können! — Genug, Sie hatten es und suchten nun eifrigst nach einem Prügeljungen dafür. „Aha" — sagten Sie — „wahrscheinlich der Kalbsbraten!" — Und schon war diese willkürlich angenommene „Wahrscheinlichkeit" für Sie zur unumstößlichen Gewißheit geworden. Es war vermutlich nur seine Menge, wenn er überhaupt daran schuld war; — aber er stand von nun ab auf dem schwarzen Brett.

Ähnlich erging es dem Reispudding, ähnlich den Blaubeeren, und so verfielen auch andere Speisen dem Boykott. Sie lernten sich gewissenhaft und sorgfältig beobachten — „krankhaft beachten" heißt die richtige Übersetzung — und Sie machten nun hochinteressante Beobachtungen wie die, daß warme Blaubeeren stopfen, kalte dagegen abführen, usw. Dabei sind Sie noch keiner von den Schlimmen. Ich kenne Leute, die auf diese Weise ihre Nahrung auf eine Art Hungerdiät einschränkten, welche ihnen schwere Erschöpfungszustände eintrug.

Soll man einen solchen Kranken nun wie einen törichten Knaben behandeln und dadurch lächerlich machen, daß man auf seinen Aberglauben scheinbar eingeht? — Gewiß, man hat die Pflicht, das an seinen Verdauungsstörungen sorgfältig festzustellen, was an ihnen nicht nervös ist. Aber das andere alles, das ist keine Dyspepsie, sondern eine Autosuggestion, und soll auch als solche behandelt werden, damit dem Kranken die unrichtige Verknüpfung von Vorstellungen und die Bildung falscher Urteile auf dieser Grundlage klar werde. Er muß eben lernen, daß er seinem Gefühl nicht blind vertrauen darf, ohne die Verstandeskritik zu Rate zu ziehen, die ihre Erfahrungen aus der vieltausendfachen Vergleichung von Gefühlen herleitet.

Und darum noch einmal — ich würde es fast als einen ungezogenen Zweifel an Ihrer gesunden Vernunft halten,

wenn ich anders vorgehen würde, als mich unmittelbar an diese zu wenden. Die Weichen oben sind falsch gestellt gewesen, mein Lieber, — ein Druck von seiten der Vernunft, und der Schaden ist beseitigt. — —

Die Behandlungsart, die ich eben verwarf, ist aber keineswegs unbrauchbar. Ja, ich gestehe Ihnen offen, daß ich sehr häufig von ihr Gebrauch machen muß; denn mancher Kranke ist durch seine Zustände derart verängstigt, daß er ruhigen Vorstellungen zunächst nicht zugänglich ist. Aber man kann mit solchen „versteckten Fremdsuggestionen“ [1]) auch furchtbar hereinfallen, und darum ist mir der grade Weg grundsätzlich der liebere.

Wir hatten da eine Herzkranke, die durch langes Krankenlager nervös geworden war. Zur Bekämpfung ihrer Ängstlichkeit und ihres Unglaubens an die längst wiedergewonnene Herzkraft hatten wir ihr nach obigem Rezept gymnastische Übungen und Spaziergänge verordnet, die unter täglicher Steigerung der Anforderungen vorgenommen werden sollten. Nun kam in der zweiten Woche ein Anfall von Atemnot dazwischen, der zwar keineswegs durch Herzschwäche bedingt war, aber dennoch wurde es für die Kranke sofort zur unumstößlichen Gewißheit, daß wir uns in dem Kräftezustand des Herzens gründlich getäuscht hätten. Der zufällige Zwischenfall gab ihr scheinbar recht, und auf Wochen hinaus hatte die arme Kranke unsern „Mißgriff“ in der Behandlung mit völlig grundlosen Sorgen und Befürchtungen zu büßen.

Wäre es da nicht verständiger gewesen, sie von vornherein einer sachlichen Darlegung zu würdigen und ihr die gymnastischen Übungen in einer Form zu verordnen, welche die Möglichkeit eines solchen Mißverstehens etwaiger Zwischenfälle durch die Beigabe der nötigen Dosis „Kritik“ ausschloß?

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw.“ S. 93.

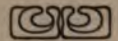
Den Nutzen gymnastischer Übungen nach Schwächezuständen will ich damit durchaus nicht in Frage stellen — im Gegenteil. Nur die Form und der Sinn der Verordnung muß den erwähnten psychologischen Gesichtspunkten entsprechen. Man läßt ja einen Kranken deshalb nicht gleich ungepflegt liegen. Aber zu dem Bewußtsein, daß alles Tunliche mit ihm geschieht, kann man ihm auf ganz andere Weise verhelfen, als durch solche Umwege und seiner nicht würdige Mätzchen.

Wir Ärzte haben in dieser Hinsicht früher viele Fehler gemacht. Wir haben immer die einzelnen Erscheinungen und die Krankheiten behandeln wollen, statt daß wir den Menschen als Ganzes anfaßten. Wenn Sie im ganzen gedeihen, so fallen all die nervösen Ticks, die Sie an sich haben, von selbst von Ihnen ab, wie welkes Laub im Herbst. Sie wollen es aber immer umgekehrt haben. Sie wollen mit der Heilung anfangen, erst die einzelnen Erscheinungen weg haben und dann gesund werden. Das geht eben nicht, und falsch gestellten Forderungen kann man schwer nach Wunsch entsprechen.

Wenn wir die einzelnen Erscheinungen einer eingehenden örtlichen Behandlung unterziehen wollten, so würden wir ihnen damit geradezu ihre vermeintliche Bedeutung bescheinigen, statt sie auf ein berechtigtes Maß zurückzuführen. Ich würde Ihre Aufmerksamkeit vermehrt auf die Störung hinlenken und gerade die falsche Verknüpfung derselben mit Ihrem übrigen Vorstellungsinhalt festigen. Sie kann dann nicht ausheilen und muß immer hartnäckiger werden, je mehr dagegen geschieht. Das haben wir erst an Tausenden von Fällen beobachten müssen, bis wir klüger wurden.

Örtliche Störungen läßt man zufrieden, heißt es heute. Man behandelt sie mit der Geringschätzung, die ihnen gebührt, und gibt den Organen, ihren Nervenbahnen und den zentralen Assoziationsapparaten dadurch Ruhe und Zeit, aus

ihrem Erregungszustande erst einmal herauszukommen. Das Übrige findet sich dann schon von selbst.



IV. Die Abhängigkeit des Körpers vom Gehirn.

(Psychogenie.)

„Doktor, Sie betonen immer die Vorstellungen als den Angriffspunkt der Behandlung. Ich verstehe nur immer noch nicht, was die mit meinen körperlichen Beschwerden zu tun haben.“ —

Nun, das ist doch klar. Ich setzte Ihnen schon bei Ihren Magenbeschwerden auseinander, wie das zufällige Zusammentreffen gewisser Umstände Sie zu dem Fehlschluß verleitete, daß da ein ursächlicher Zusammenhang vorläge. Auf der Suche nach einem „Prügeljungen“ waren Sie irre gegangen.

„Nein, Doktor, das meine ich nicht. Über die Bildung falscher Urteile, über die Ursachen bin ich mir klar. Aber was hat der Vorstellungsinhalt mit den Beschwerden selbst, mit Schmerz und Verdauungsstörung zu tun?“ —

Ja, das ist doch kaum etwas anderes. Fassen wir einmal die Frage der Psychogenie[1]), des „seelisch Bedingtseins“ krankhafter Zustände noch genauer ins Auge.

Sie müssen bei diesen Vorgängen ganz davon absehen, daß es sich um die Erklärung für das Zustandekommen krankhafter Erscheinungen handelt. Sie müssen vielmehr die Psychogenie als eine allen Lebenserscheinungen eigene Entstehungsweise betrachten. Im ganzen Körper gibt es nicht

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw.“ S. 81 ff.

die geringste Lebensäußerung — weder chemischer noch physikalischer, noch sonst irgend einer Natur — welche nicht erst durch einen Strom nervöser Energie den Antrieb empfangen hätte. Alle diese Vorgänge, die in gewissem Sinne aus Bewegungen bestehen, sind also als solche nervös bedingt.

Diese Ströme nervöser Energie fluten unseren Körperzellen und Organen auf Nervenbahnen zu, die ihren Ursprung alle in den großen Zentralapparaten des Gehirns haben. Dieses müssen wir aber in der Gesamtheit seiner Lebenstätigkeiten als Psyche gelten lassen, nicht nur die paar bewußten Äußerungen desselben. Wir müssen an der Vorstellung festhalten, daß es im Gehirn gar keine Vorgänge gibt, die nicht auf ihrer inneren Front Teile von Vorstellungsbildern und Empfindungen aufweisen, mögen diese Vorgänge noch so körperlicher Natur sein. Und nun überschlagen Sie einmal, wieviel davon Ihnen zum Bewußtsein gelangen kann!

Zwischen bewußten und unbewußten Erscheinungen an sich besteht also gar kein durchgreifender Unterschied. Die bewußten Vorgänge vollziehen sich in erster Linie auf dem Gebiet der Psyche, auf dem diese gerade an der weiteren Entwicklung des Organismus arbeitet — auf den entwicklungsgeschichtlich jüngsten Teilen des Gehirns. Was wir im Laufe von Milliarden von Geschlechtsfolgen als Fähigkeit erworben haben, war ehemals auch eine mühsam bewußte Tätigkeit. Später, durch unendliche Wiederholungen gefestigt, war die bewußte Aufmerksamkeit nicht mehr dazu nötig, die Funktionen sanken zu automatischen Verrichtungen herab, wurden Instinkt, und die bewußte Arbeit wandte sich in der aufwärts strebenden Entwicklung der Arten neuen Aufgaben zu. Im kleinen lernt ja auch jedes Kind noch manches bewußt, was es als Erwachsener „von selbst", d. h. unwillkürlich und unbewußt tut. Der Ablauf der unbewußten Lebensvorgänge ist also grundsätzlich derselbe, wie der der bewußten, nur oft einfacher und zusammengedrängter. Es muß also auch im Reich des Unbewußten das geben, was wir Empfindung und

Vorstellung, Gefühl und Logik, Wollen und Aufmerksamkeit nennen.

Auch alle unsere Organtätigkeiten und die ganze Fülle unserer „vegetativen" Verrichtungen sind allmählich unter die Schwelle bewußten Lebens herabgesunken, als sie gelernt hatten, auch ohne bewußte Aufmerksamkeit auszukommen. Aber aus dem Haushalt der Organe gelangen allerhand Meldungen und Rechenschaftsberichte in Gestalt rückläufiger Nervenströme bis in die höheren Abschnitte des Gehirns hinauf, und wecken dort die Vorstellungsbilder von dem Zustand der Organe.

Ist alles in Ordnung, so geht das so seinen Gang weiter — stimmt aber etwas nicht, so müssen veränderte Anordnungen an die Organe gegeben werden, welche Ausgleich schaffen. Das wäre dann das Bild eines natürlichen Heilungsvorganges.

Wenn wir nun aber diesen automatischen Ablauf der Organtätigkeiten auf festgewordenen Reflexbahnen nicht mehr als seelisch bedingt bezeichnen wollten, sondern nur noch als zentral geleitet und reguliert, so werden wir darüber sofort eines Besseren belehrt, sobald wir den offenbaren Einfluß rein seelischer Erlebnisse auf unsere körperlichen Zustände ins Auge fassen. Wir müssen diesen Einfluß dazu rechnen, nicht nur, weil er oft ein ausschlaggebender und bestimmender sein kann, sondern weil er vor allem die fortwährend wirkende Grundstimmung abgibt. Ist dieser Einfluß aber schon für den normalen Ablauf der Organtätigkeit vorhanden, so ist es doch klar, daß eine Störung des seelischen Gleichgewichts, eine fehlerhafte Vorstellung, ein falsches Urteil auch eine nicht unerhebliche Störung körperlicher Art im Gefolge haben muß. Die Impulse, die zu den Organen hinunter gehen, und von welchen deren Zustand abhängt, sind also nur der Ausdruck des Zustandes der höheren Zentren, d. h. des jeweilig herrschenden Vorstellungsinhalts.

Demnach sind diese Impulse immer als Reaktionsströme aufzufassen, sie übermitteln stets die Antwort auf irgend einen Reiz. Beim Nervösen beruht dieselbe leider häufig auf einem Mißverständnis, auf einer falsch abgewogenen Vorstellung. Und wie das im Leben so ist, der andere nimmt das Mißverständnis für Ernst und erwidert dementsprechend — d. h. von den Organen kommen Rückmeldungen herauf, welche die mißverständliche Auffassung scheinbar bestätigen — und der selbst innervierte Zustand wird dann aufs neue oben als Tatsache gebucht. Die voreilige Auffassung der Sachlage wird damit rückläufig zu wiederholten Malen bewirkt, und der Kohl ist fertig.

Entschuldigen Sie, aber es ist wirklich weiter nichts, als eine kleine „Unsinnigkeit". Sie ist, wie Sie sehen, erklärlich, aber sachlich unberechtigt und nur auf dem Boden allzuvoreiliger, gefühlsmäßiger Verarbeitung der Reize entstanden. Etwas mehr Ruhe und Logik hätten das Mißverständnis nicht aufkommen lassen.

Freilich, Ihre Logik ist in vielen Fällen sehr zu entschuldigen; denn während uns gelegentliche Organempfindungen recht kräftig zum Bewußtsein kommen, unser vegetatives Leben also tief in das Gefühlsleben eindringt — so spielen sich doch die meisten Organtätigkeiten tatsächlich ohne jede Mitwirkung der Verstandeszentren ab.

Genau wie im Reich des Bewußten arbeitet die unbewußte, innere Logik des Geschehens nur solange sicher und richtig, als das Gefühl nicht voreilig und störend dazwischen kommt. Von den bewußten Vorgängen ist das Fühlen aber entwicklungsgeschichtlich älter als die bewußte Logik, und da ist es dann kein Wunder, daß Hunderte körperlicher Verrichtungen es noch von alters her so an sich haben, ohne ihre Beihilfe auskommen zu wollen.

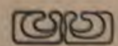
Wenn z. B. ein Staubkörnchen Ihr Auge trifft, so reizt dasselbe die Bindehaut nicht etwa unmittelbar zu Rötung und Schwellung, sondern die Haut frägt erst auf dem Wege

der Gefühlsnerven beim Gehirn an, was sie daraufhin tun soll. Ihre nervöse Überempfindlichkeit entscheidet sich schon für einen Bindehautkatarrh, für den die innere Logik noch keinen genügenden Grund anerkannt hätte. Da haben sie dasselbe Bild auf körperlichem Gebiet und völlig im Bereich des Unbewußten verlaufend — denn der Reiz des Staubkörnchens war viel zu gering, als daß er bis zu bewußtem Empfinden geführt hätte — dasselbe Bild, welches ich Ihnen für ihr Verhalten in den höheren seelischen Zentren ausgemalt habe.

Rückläufig melden die Gefühlsnerven der Bindehaut nun nach oben: „Befehl ist ausgeführt — Katarrh zur Stelle." — Das wird dann zu einem Bestandteil Ihres bewußten Vorstellungslebens und verknüpft sich dort mit irgend welchen Umständen, deren Vorhandensein zeitlich gerade damit zusammenfällt, zu einem vermeintlich ursächlichen Zusammenhang. Das aber ist Ihr beliebtester Trugschluß! —

Vergessen Sie ferner nicht, daß die nach den Organen hin abgehenden Innervationsströme nicht bloß als die Beantwortung äußerer Reizwellen weiter gehen, sondern daß diese Bewegungen genau so gut auf eine innere, ideogene Reizwelle hin erfolgen können — gewissermaßen auf Grund eines selbständigen Einfalls unserer Psyche, der sich nicht unmittelbar an ein äußeres Geschehen anknüpft. Damit wäre dann die Lehre von der Psychogenie krankhafter Zustände vollständig.

Behalten Sie davon vor allem einen Satz im Gedächtnis. Alle Lebensäußerungen sind nichts anderes als die Verkörperungen, die plastischen Folgeerscheinungen des Vorstellungsinhalts, welcher — bewußt oder unbewußt, willkürlich oder bereits instinktiv — der betreffenden Innervationswelle zugrunde lag.



V. Vom psycho-physischen Parallelismus und vom identischen Vorgang mit zwei Fronten. (Seele und Körper.)

„Was Sie da über die Psychogenie gesagt haben, Doktor, das würde ja eine Vermischung von Körper und Seele bedeuten, an deren Möglichkeit ich bisher nicht gedacht habe. Da weiß man ja garnicht mehr, wo das eine aufhört und das andere anfängt.“ —

Ja, so ist es auch. Vom Körperlichen zum Seelischen bildet das Nervöse den Übergang, bei dem man manchmal in Verlegenheit ist, ob man es hier oder dort einordnen soll. Sehen Sie, und weil sich das nicht scharf trennen läßt — das Lebendige kennt immer nur allmähliche Übergänge — darum bediene ich mich auch nicht gerne einer Ausdrucksweise wie: „der Körper“ und „die Seele“ — einer Ausdrucksweise, welche eine scharfe Begrenzung dieser Begriffe gegeneinander oder gar ihre ausgesprochene Gegensätzlichkeit andeutet.

Von einer Gegenüberstellung von Körperlichem und Seelischem in uns kann nur insofern die Rede sein, als jedes von beiden das entgegengesetzte Ende einer fortlaufenden Reihe darstellt. Übrigens, Sie berühren mit Ihrer Frage da ein Problem, das wohl jeden gebildeten Menschen gelegentlich packt.

Viele Wandlungen haben diese Begriffe und diese Anschauungen im Laufe der Zeiten durchgemacht, vom unbedingten Dualismus, der in Körper und Seele unvereinbare Gegensätze sah, bis zum Monismus des Materialisten, dem alles Körperliche beseelt, und bis zu dem des Idealisten, dem alles Körperliche nur als unwesentliche, weil vorübergehende Erscheinungsform platonischer Ideen galt.

Dazwischen liegt das, was die Naturwissenschaftler den psycho-physischen Parallelismus nennen, womit sie ausdrücken

wollen, daß in unbegreiflicher Verkuppelung jedem seelischen Vorgange ein entsprechend körperlicher parallel liefe und umgekehrt. Das scheint mir aber nur ein verkappter Dualismus zu sein. Zum Parallellaufen gehören mindestens immer zwei Linien, und abgesehen davon, daß mir dieses Parallellaufen gegenseitige Einwirkungen nicht erklärt — es sei denn, daß wir dabei zum Bilde von induzierten elektrischen Strömen unsere Zuflucht nehmen — also abgesehen davon, hieße das die Einheit der Lebenserscheinungen ganz willkürlich zerreißen. Diese Einheit ist aber eine Forderung meines Denkens und Empfindens, an der ich unbedingt festhalten muß.

Seelisches und körperliches Geschehen stellen für mich immer ein und denselben, identischen Vorgang dar, welcher sich nur nach verschiedenen Fronten hin äußert, sagen wir mal nach einer inneren und einer äußeren Front. Alles Denken und Fühlen, und was wir sonst noch als den Inhalt seelischer Betätigung auffassen wollen, kann nur als der seelische Ausdruck eines substanziellen Vorganges verstanden werden, und alle körperlichen Bewegungserscheinungen nur als der physische Ausdruck seelischer Zustände.

Damit fällt für mich das Preisrätsel von der gegenseitigen Einwirkung von Körper und Seele aufeinander in nichts zusammen, und ich kann mich nun je nach Geschmack einer der beiden genannten monistischen Richtungen zuwenden, die wohl beide in ihren letzten Folgerungen nicht allzuweit voneinander abweichen können, solange sie auf der Lehre vom „identischen Vorgange mit zwei Fronten" fußen. —

Sie sehen mich erschrocken an, als hätte ich da einem ungeheuerlichen, ketzerischen Gedanken Ausdruck verliehen. Doch Sie irren sich. Nicht, daß Sie eine Seele haben, will ich damit bestreiten, sondern ich habe nur das Bedürfnis, dem Seelischen in uns, oder dem Göttlichen, wenn Sie so wollen, eine viel weitere Bedeutung und einen viel tieferen Sinn einzuräumen, als ich es in den engen Begriff der „persönlichen Seele" hineinzulegen vermöchte. Das Seelische läßt sich

mit seinen Ewigkeitswerten für mich nicht in die engen Schranken einer so winzigen Persönlichkeit bannen, wie ein Menschlein es ist. Wir müssen lernen, uns von diesem Wichtigkeitsdünkel mehr und mehr loszumachen und uns mehr als Teile größerer Einheiten und überragender Zusammenfassungen zu fühlen. Wir müssen lernen den Zusammenhang mit dem seelischen Inhalt eines ganzen Volkes, einer Menschheit, ja einer Gesamtheit von Lebenserscheinungen überhaupt höher zu werten, als das Pochen auf unsere winzige Persönlichkeit. Wir müssen uns als den lebendigen Ausdruck eines gemeinsamen göttlichen Gedankens empfinden lernen, nicht um uns in diesem Riesenhaften zu verlieren, sondern um uns in reinerer und größerer Form darin wieder zu finden. Das bedeutet unsere „Gott-Ähnlichkeit."

Der Gedanke bedeutet aber noch etwas anderes. Verfolgen wir ihn nicht nur ins Große, Unermeßliche, verfolgen wir ihn auch bis ins Kleinste hinein, dann lehrt er uns, daß es auch da nichts gibt, was nicht zu gleicher Zeit der Ausdruck eines „Seelischen" sei.

Das ist der Inhalt des Wortes, daß „Gott in uns" ist und „wir in ihm." —

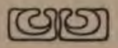
Sie sehen, Ihre Frage hat uns etwas weit geführt, aber ich will Ihnen gleich zeigen, wozu das gut war. Wenn wir unser Leben nicht von großen Gesichtspunkten aus betrachten, lernen wir nicht den Sinn desselben begreifen, und dann kommen wir auch nicht zu jener erlösenden Weltanschauung, die uns den Frieden mit unserem persönlichen Geschicke bringen soll. Wir werden schwerlich von unserem kleinen Persönlichkeitsstandpunkte aus die nötige Übersicht gewinnen können, welche uns ein Urteil über unser Geschick gestattet. Erst wenn wir von überragender Warte aus Umschau halten, so daß unser Gesichtskreis sich weitet, unsere winzige Persönlichkeit tief unten so wenig mehr als Einzelwesen zu erkennen ist, wie das Tröpfchen Wasser, das dort im Bache hinabbraust dem großen Meere des Alls entgegen — erst dann

können wir an dem ganzen Schicksal des Baches selbst und seinem Lauf zu begreifen wagen, was wir selbst sind, und was unser kleines Einzelschicksal bedeutet. Stehen wir mitten in tosender Flut, so dürfte uns kaum klar werden, was ihr Branden will. Aber von ragender Höhe verfolgt der Blick die strömende Flut bis dorthin, wo sie im Meere aufgeht und dann selber Meer wird. Dann mag das Wassertröpfchen wieder sprechen: ich bin ein Teilchen Meer — ich bin in ihm, wie es in mir ist! —

Sehen Sie, erst dann, wenn Sie Ihr persönliches Schicksal, Ihr Glück und Ihr Leid, nicht mehr mit dem Maß Ihrer eigenen kurzsichtigen Wünsche messen, sondern an den großen Zielen eines uns persönlich überragenden Weltgedankens, dann erst werden Sie lernen, stille zu halten in würdiger Ergebung und sich schließlich mit bewußter, freudig zustimmender Einordnung tragen zu lassen von den Wogen des Stromes, dem Ziele, dem Meere entgegen.

Warum ich Ihnen dies alles sage? — warum ich wünsche, daß Ihre Gedanken sich mit diesen Dingen beschäftigen sollen? — Lesen Sie in meinem Buch den Abschnitt „von der aktiven Resignation, von der würdigen Ergebung" [1]), und Sie werden es verstehen. Was ich hier gesagt habe, wird sich Ihrer eigenen Natur entsprechend entfalten. Es soll zu einer breiten Grundlage werden, auf der Sie jene Anschauungen aufbauen können, welche ich als Grundstimmung für Sie brauche. So nur kann ich Sie der Heilung ihrer Leiden zuführen.

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 106 ff.



VI. Vom Sinn der Welt.

„Doktor, ich fange an zu begreifen, wo Sie mit mir hinaus wollen. Ich habe das Kapitel von der aktiven Resignation, von der würdigen Ergebung gelesen. Aber noch will sie mir nicht glücken. Der eignen Wünsche heftiges Begehren war so lange das Einzige, auf das ich hörte, nun soll ich mit einem Male mich „einfügen" lernen in „höhere" Ordnungen. Doktor, was soll dies Höhere — was verlangt es — wie soll man Eigenes zur Ruhe bringen, ehe man das weiß?" —

Ihr Fragen freut mich. War doch bisher Ihr ganzer Lebensinhalt nur Ihr Kranksein. Nichts anderes haben Sie seit Jahren gedacht. Nun packt Sie ein besserer Gedanke und reißt Ihr eignes Denken aus gewohnter Bahn. Sehen Sie wohl, wie Ihnen Ihr Kranksein schon beginnt gleichgültiger zu werden. Ich sage Ihnen, es wird zusammenschrumpfen bis zur Unkenntlichkeit, und wenn Sie von mir scheiden, werden wir beide dabei vergessen, von den Störungen zu sprechen, die Sie hergeführt haben. Aber, zur Sache.

Nichts kennzeichnet die letzten 100 Jahre unseres Zeitalters so sehr, als die gewaltigen Forschungen der Naturwissenschaften. Wohl der großartigste Gedanke, der sich da Bahn brach und zum herrschenden wurde, war der entwicklungsgeschichtliche. Das geht so weit, daß man naturwissenschaftliche und entwicklungsgeschichtliche Denkweise schlechthin als ein und dasselbe ansieht. Dieser Gedanke, der uns die berauschende Vorstellung von der Einheit alles Lebendigen, und von der Lebendigkeit alles Seienden, vom Ion und Atom bis zum Menschentum und darüber hinaus gegeben hat, er befähigt uns heute, mit wissenschaftlicher Sicherheit das Ziel anzugeben, nach dem Sie fragen. Er ist der Schlüssel dazu,

„daß wir erkennen, was die Welt
im Innersten zusammenhält."

Überblicken Sie die Formen, die Ihnen bekannt sind, die Tendenz der Entwicklungsvorgänge ist klar ersichtlich. Höher will es uns führen, immer neue und wertvollere Formen will es schaffen, die immer voller sich ihrer göttlichen Ziele bewußt werden und in immer rascheren Kreisläufen vorwärts stürmen zu Arten, die vornehmer und größer sind, als wir.

Ist es nicht ein herrliches Bewußtsein, an dieser Entwicklung teil zu haben und aus eigner Brust sein Teil beizutragen, daß der „ragende Tempelbau des Lebendigen" höher wachse?

Das müssen wir wissen, daß es so ist, und nie aus dem Auge verlieren. Treu müssen wir diesem Gedanken dienen bis zum letzten Atemzuge und über ihn hinaus, denn was wir hier schafften an Ewigkeitswerten, das geht nie wieder verloren, das wird ein Baustein zu jenem Tempel, von dem ich sprach.

Die Natur bedient sich der äußeren Formen der Erscheinungswelt, um diesem in ihr liegenden, unbewußt aus ihr heraus wirkenden Drange zu genügen. Die Arten des Lebens sind ihr dabei nur „Mittel zum Zwecke." Tüchtiges will sie schaffen, daß das Tüchtigste siege und noch Tüchtigeres aus sich gebäre, immer wieder vorwärts und höhenwärts ohne Rast.

Dem Drange dienen auch wir. Auch wir sind nur Mittel dazu, dies Stückchen Substanz, aus dem wir bestehen — das schon in früheren Daseinsformen latenter Möglichkeiten tausende in sich aufgespeichert hat — durch neue und immer neue Kombinationen auf eine höhere Daseinsstufe zu entwickeln. Wehe dem, was diesem Gedanken nicht zu dienen vermag. Unbarmherzig stößt die Natur es zu Boden; denn größere Gesichtspunkte verlangen die Rücksicht auf Großes.

Aber nicht nur das Lebendige erhält von diesem ihm innewohnenden Trieb seine Entwicklungstendenz, auch die Welt des Anorganischen, die Welt der Welten und Sonnen gehorcht den gleichen Gesetzen. Auch sie sind Lebewesen gleich uns. Es gibt nichts Totes und Stummes — *παντα ρει.*

Auch die Beziehungen der Dinge zueinander, die Naturgesetze, die uns in jenen Welten des scheinbar Leblosen entgegentreten, haben nur als Mittel zum Zweck einen Sinn. Sie sind geworden, um das Weltall in der Richtung zu entwickeln, in der der göttliche Trieb es fortreißt. Sie dienen ihm, und ihm gehorchen auch wir, wenn wir uns den Naturgesetzen untergeordnet sehen, die nur als der Ausfluß jenes Urtriebes zu begreifen sind, der sie sich so gestalten ließ, wie sie sich bildeten.

Sie sehen, wie uns gerade der Entwicklungsgedanke zum Monismus führt. Er ist die Strömung des Lebens, deren Lauf und Richtung wir erkennen müssen, wenn uns der Sinn des Lebens aufgehen soll und damit das Verständnis für unser eigenes Schicksal. Wir grollen oft mit ihm und wüten in ohnmächtigem Zorn gegen die ruhige Gewalt dieser Gesetzmäßigkeit, anstatt uns lieber zu fragen, was das Geschick von uns will.

Folgt es wirklich einem unbewußten inneren Trieb, dies Geschehen, so muß es einen Sinn für mich haben, den ich erkennen kann. Für mich liegt es in ihm, daß es mein Selbst hinaufreißen will auf lichtere Höhen.

Und so ist es auch. Es liegt in ihm, daß es so wirken muß — und in uns, als einem Teil des Ganzen, in der Natur alles Lebendigen liegt es, daß Glück und Leid, Unglück und Not, Sünde und Guttat, kurz alles so auf uns wirkt, daß es uns vorwärts treibt.

Das Geschick klopft bei uns an, ob wir reif sind, einen Schritt höher hinauf zu tun. Und wenn wir es sind, so nützen wir Unglück, so nützen wir selbst die Sünde, die nur kam, uns zu wecken, zur Sehnsucht zu wecken, damit wir größer werden sollen und ohne Sünde sein.

Nicht als ob uns von einer Art Vorsehung die einzelne Schuld zu diesen „Zwecke" geschickt würde — so meine ich

es nicht. Aber in den Gesetzen des Weltgeschehens im ganzen liegt es, daß die Dinge auch im einzelnen so wirken müssen, um den großen inneren Zielen derselben gerecht zu werden. Diese Wirkungsweise liegt in der Natur des Geschehens, wie in unserer eignen Natur.

Und wahrlich, notwendig sind uns solche „Sehnsucht-wecker", sonst würden wir verfaulen in träger Ruhe. Wer könnte wissen, was süß ist, wenn unsere Zunge nur eitel Honig-seim zu kosten hätte. — Nicht zu Boden werfen will uns das Unglück, sondern Kräfte will es in uns auslösen, die da schlummerten, und zur Entfaltung bringen.

So sollen auch Sie Ihr Kranksein nützen, daß Sie mit Bewußtsein innerlich gesund werden und als ein größerer Mensch aus der Krisis Ihres Lebens hervorgehen. So kann unser Kranksein dem Fortschritt des Ganzen förderlicher sein, als eine faule, kampflose Gesundheit.

Höher will es uns reißen, unser Geschick, in welcher Form es auch kommt. Wenn es da ist, verstehen wir es oft nicht; aber nachher, dann fällt uns die Binde von den Augen, und wir sehen: Auch das mußte noch kommen, damit wir uns auf den Punkt emporarbeiten konnten, auf welchem wir stehen.

„Das Schicksal ruht nicht" — sagt Jörn Uhl — „bis es uns sündig gemacht hat." Aber nicht auf die Sünde kommt es an, „wohl aber darauf, wie man sich hinterher beträgt." Da gilt es zu beweisen, ob man ihren Weckruf verstanden — ob wir reif waren, vorwärts zu gehen — ob wir sieghafte Kraft aus dem Kampf mit des Schicksals Mächten gewannen, denn „was uns nicht umbringt, macht uns nur stärker!"

Was gilt unserem Volk als das Wahrzeichen sieghafter Stärke? — Siegfrieds Schwert, das der Held aus Stücken sich schweißte! Doch das erstemal war seine Schärfe noch stumpf — noch taugte der Stahl nicht zum Sieg, und in Trümmer zerschlug er die Waffe. Zum zweitenmal schuf er

die Wehr aus den Stücken, doch auch dann noch mocht' sie nicht taugen. Da zernagte die emsige Hand mit der Feile Zahn die Waffe zu Staub, und dann erst — zum dritten Male — ward aus dem Eisen der Stahl, „das Siegschwert“, das die Welt ihm bezwang und selbst Drachen und Götter der Vorwelt zu seinen Füßen legte.

Unschwer ist der Sinn der Sage zu deuten. Oftmal trifft den Menschen das Schicksal und zerschlägt ihm sein Wünschen in Trümmer. Wohl gewinnt er an Kraft, doch zu Edlerem noch soll er sich entfalten. Da zermürbt ihm das Schicksal die Seele, zu Staub zernagt es sein Herz, bis er sich aufrafft als Held und sich bewußt wird seiner göttlichen Ziele. Die Sehnsucht nach den Höhen des Lichts wird übermächtig im Staube, und aus des Feuers läuternder Glut wächst sie zu sieghafter Kraft, die das innere Ziel des Schicksals gewesen — sein Sinn, der den meisten verborgen. In seinem Walten liegt es, daß es so wirken muß, unentwegt.

Darum sage ich: sträuben wir uns doch nicht so. Wissen wir ja nicht, wohin es uns im einzelnen führt. Nur des einen sind wir gewiß, höher will es uns reißen, und führen will es zu Kraft und Vollendung. Was auch kommen mag, eines steht ewig fest: Was ist, das ist mit Notwendigkeit so, wie es ist. Und da es ist, muß es auch gut sein. Denn im Weltall kann nichts geschehen, was seiner eignen Natur damit widerspräche, daß es untreu würde dieser Tendenz aufwärts strebenden Lebens. Das ist mein Glaube, der selbst das Böse nur ein Teilchen jener Kraft sein läßt, die immer nur Gutes schaffen kann.

Von dieser Warte aus blicke ich ruhig um mich her in die Welt mit ihren scheinbar so harten Gesetzen, ohne daß mich etwas daran zu schrecken vermöchte. Denn, was ich als den Sinn des Geschehens hinter dem allen gewahrte, das gibt mir den gläubigen Mut, das unerschütterlich feste Vertrauen in die Güte dieses Geschickes, das mich nur läutern kann und höher werten, niemals vernichten.

Komme, was kommen mag! — Es kann uns schließlich nur sonnenwärts führen — und ging es dabei durch die finstersten Tiefen!

VII. Von der gestaltenden Kraft der Umgebung und von der persönlichen Reaktion als eigener Tat.

„Doktor, Sie geben den Dingen eine eigene Deutung. Das Walten der Naturgesetze galt für mich stets als blind und roh und gefühllos." —

Und nun sehen Sie, daß Sie ihr Walten nur von höheren Gesichtspunkten aus zu betrachten brauchen, um anderer Meinung zu werden. Sie haben den Fehler gemacht, daß Sie alles immer nur vom Standpunkt Ihrer eigenen unwichtigen Persönlichkeit ansahen. Auf den Standpunkt des Weltalls müssen Sie sich stellen, wenn Sie das Gefühl von der „blinden" Sinnlosigkeit des Weltgeschehens los werden wollen.

Sie kleben vor allem allzusehr an der Außenseite der Dinge, an der vergänglichen, wechselnden Hülle; und den inneren bleibenden Kern, den haben Sie übersehen. Und weil Ihnen wertvoll dünkte, was der Natur das Unwesentlichste ist, darum empfanden Sie das Schicksal dieser Dinge als roh und blind, als ob ein Gewand mehr wert wäre als der Mensch, der es trägt und wechselt.

Nein, lieber Freund, Ihr Standpunkt war falsch, daran liegt es. Nach innen hinein, viel weiter nach innen hinein müssen wir schauen und nach innen hinein leben. Dann werden wir erkennen, wo die wahren Werte des Lebens

liegen, und wenn wir nur da bergauf kommen, dann werden wir ihnen zuliebe gerne „roh und gefühllos" opfern, was uns dann nichts mehr wert ist. Und dazu rechne ich diese ganze umgebende Welt, Erfolge und Stellung und Ruhm, die wir dann mit Recht gering achten dürfen. —

„Halt, Doktor, das geht nicht. Wir sind doch am Ende immer nur, was diese von Ihnen so gering bewertete „umgebende Welt" aus uns macht!" —

Was? — wir sollten nur das Produkt unserer Umgebung sein? — Nichts anderes sagt Ihnen die Gesetzmäßigkeit des Naturgeschehens? — Marionetten, die an den Fäden liebloser Zufälligkeiten tanzen, nur daß wir wenigstens die Faust ballen und mit den Zähnen knirschen können?

Nein, der Schwerpunkt jeder Reaktion auf die Umwelt liegt wo anders. „Von innen wird dem Edelen die Welt gestaltet, und nur dem gemeinem Toren entsteht sie von außen"[1]). Meinen Sie etwa, daß ein „Von innen heraus Wachsen" den geschmähten Naturgesetzen weniger entspräche? —

„Aber, Sie geben doch zu, daß alles Geschehen in der Welt nur als Reaktion auf einen äußeren Reiz hin zustande kommt. Woher seine Mißachtung?" —

Gewiß ist es so, aber jede Reaktion ist eine **eigene Tat!**

Nicht der äußere Reiz ist maßgebend für die Form des Geschehens — der war nur die auslösende Veranlassung dazu — sondern gestaltend wirkte tausendmal mehr die Natur des von ihm getroffenen Dinges. Aus dessen Eigenart folgte es, so oder so zu reagieren und auf den Reiz hin zu handeln — nicht aus der Natur des Reizes.

---

[1]) Rich. Wagner an Mathilde Wesendonk.

Den nimmt die eigene Natur in sich auf, befruchtet damit ihr Inneres und gebiert daraus eine eigene Tat. Der Stein fällt nicht — er tut fallen. „Das Leben des Steines ist schwer sein.“ (H. v. Stein).

Zweifellos bestehen bei allem Reagieren wechselseitige Beziehungen. Es handelt sich stets um ein „Subjekt-Objekt-Verhältnis“, bei welchen Reizträger und Reagierendes beide von ihrem Standpunkte aus als Subjekte auftreten können und sagen: ich handle — aber eins, als das stärkere, nur scheinbar mit mehr Recht, als das andere. Jeder reagiert schließlich für sich, und im Grunde genommen bleibt es dabei: entscheidend für die Art der Reaktion ist die Beschaffenheit des Individuums. Die Qualität des Reizes bezeichnen wir ja erst hinterher, nachdem wir sie aus der Wirkung abgeleitet haben. Aber wir drücken damit niemals die Eigenschaften des Reizträgers aus, sondern höchstens die Eigenheiten seiner Beziehungen zu der reagierenden Individualität.

Aus diesem Verhältnis ergibt sich auch das Gefühl des Selbstbewußtseins und seine Berechtigung, denn für alles bewußte Handeln, das doch auch immer nur ein Reagieren ist, gilt es nicht minder, daß es aus der Tiefe des eigenen Seelischen heraus hervorgeht, so daß eben jenes „Ich“ — die augenblickliche Zusammenfassung unserer persönlichen Eigenschaften und Vorstellungen, nicht etwa irgend ein transzendentales Gespenst — das Bestimmende für die Form der Reaktion bleibt.

In dieser Anschauungsweise, welche die gestaltende Kraft aus der Umwelt und ihren Reizen in das innerste Wesen der Individualität verlegt, in dieser Betonung des Individuellen und Eigenen bei allem Geschehen, von dem ich nicht immer nur die äußere Veranlassung, sondern vor allem den inneren Grund zu erfassen bestrebt bin, erblicke ich den Wendepunkt eines Jahrhunderts. Das alte gehörte dem naturwissenschaftlichen Materialismus — das kom-

mende Geschlecht wird der Individualität[1]) wieder zu ihrem natürlichen Recht verhelfen, und über das vergangene hinaus schreitend, dem zujubeln, was sich seit einem Jahrzehnt als der Idealismus unserer Zeit mit der Gewalt einer Sturmflut auf geistigem Gebiete Bahn bricht. Da ist wenig mehr zu spüren von der „gestaltenden Kraft unserer Umwelt". Aber von der Kraft, mit der das Individuelle die Umwelt gestaltet und ihr seinen Stempel aufdrückt, von der habe ich schon manches kraftvolle Wörtlein vernommen.

Und diese Weltanschauung tat uns lange schon not. Wir fühlten uns allzu sehr als das ohnmächtige Ergebnis äußerer Einflüsse, das lähmte unser sittliches Handeln, und darum kann diese falsche Vorstellung nicht ernstlich genug bekämpft werden. Denn aus ihr fließt eine ganze Welt von praktischem Materialismus der Lebensauffassung und der Lebensführung, die etwas Entwürdigendes und Herabziehendes an sich hat gegenüber dem Befreienden eines Gedankens, wie es die Auffassung der Reaktion als eigne Tat des Individuums ist.

Und darum habe ich das Recht, Ihrer nervösen Triebschwäche, Ihrer schwächlichen und oft fast feigen Handlungsweise, die den fröhlichen Kampf des Lebens fürchtet, mit diesem Gedanken zu begegnen. Es gibt garnichts, was Sie geringer schätzen dürfen als diese Umwelt — in jedem Sinne! —

Nicht unlohnend ist es, diesen Gedanken auf praktische Wissensgebiete zu übertragen. Auf unsere Auffassungen vom Leben, vom Kranksein und verwandte Begriffe fallen dabei ungeahnte Schlaglichter. Blicken Sie in unsere Lehr-

[1]) Die Individualität vom allgemeinen menschlichen und ärztlichen Standpunkt. Von Dr. J. Froehlich. Stuttgart, A. Zimmers Verlag. 1897.

bücher, noch immer gilt da alles als die Folge des „äußeren Reizes". Der Bazill macht das Leiden, nicht der Umstand, daß ich — der Mensch überhaupt, oder ich als einzelner — diese Bestien nicht vertrage. Aber der Typhuspilz z. B. läßt viele ganz ungeschoren, obwohl sie ihn genossen, vielen bringt er nur einen leichten Darmkatarrh, aber einzelnen erst ein schweres Nervenfieber.

Die Form der Reaktion hängt also nicht von der Veranlassung, sondern von unserer jeweiligen Konstitution ab.

Kein vernünftiger Mensch wird deshalb den Typhuspilzen ein ungestörtes Idyll in unseren Wässern gestatten wollen, so wenig wie ich Ihre Nerven in einer unerträglich lieblosen Umgebung belassen habe. Aber die eigentliche Behandlung wird sich hier wie dort auf die Konstitution, auf die Disposition, auf die Erkrankungsmöglichkeit richten müssen, die ausschlaggebend dafür war, ob Sie überhaupt erkranken konnten oder nicht.

Das ganze vergangene Jahrhundert kannte nur jene Auffassung der Reaktion, nach welcher der veranlassende Reiz die Hauptsache war, die Natur des Reagierenden aber Nebensächliches blieb.

Freilich schuf sie die sogenannten spezifischen Reaktionen, bei denen es umgekehrt war. Die fein differenzierten Organe der Sehnerven z. B. reagieren auf alle möglichen verschiedenen Reize immer nur mit den ihnen eigenen optischen Empfindungen — aber das galt als Ausnahme, und demgegenüber müssen wir die Auffassung einer konstitutionellen Pathologie stets in den Vordergrund schieben.

Wie mit den Bazillen, so ist es mit den Giften, d. h. Gifte sind sie nur für den oder jenen. Ob es also welche sind, hängt nicht von der Natur der Substanzen ab, sondern von dem, der sie genießt. Was dem einen sin Uhl, ist dem anderen sin Nachtigall!

Wir kleben mit all unserer exakten Wissenschaftlichkeit oft gar so sehr an der Oberfläche der Dinge. Wenn wir er-

klärt haben, wie das oder jenes zustande kommt, so glauben wir gleich, wir hätten die Dinge durchschaut. Wenn wir wissen, daß zu einer Wirkung das und das nötig ist, so meinen wir, wir hätten damit schon das Wesen des Dinges ausgedrückt. — „Die Teile hat man in der Hand, fehlt leider nur das geistige Band."

Nein, wir müssen den Dingen viel weiter ins Innere hinein nachspüren, wenn wir sie erkennen wollen. Wir müssen hinter sie gucken, nicht die äußere Veranlassung des Geschehens studieren, sondern den inneren Grund desselben zu erforschen trachten — das Warum des Warum.

Schauen Sie her — ich stoße hier gegen diese Flasche. Sagen Sie mir, bitte, warum ist sie umgefallen. Weil ich daran gestoßen habe? — Nein, keineswegs — sondern weil sie fallen konnte; weil es in ihrer Natur lag zu fallen, wenn ich daran stoße. Warum fällt dieser Briefbeschwerer nicht? ich stoße doch auch daran? — Nein, wir sind kein bloßes Produkt unserer Umgebung, wir sind in erster Linie Individuen, und meine Aufgabe darf deshalb nicht darin bestehen, Ihnen alle Unbequemlichkeiten auf ihrem Lebenswege hinwegzuräumen oder Sie zu lehren, den Stößen des Lebens geschickt auszuweichen; das würde eine erbärmliche Abhängigkeit von den Dingen und Verhältnissen ihrer Umgebung bedeuten. Nein, meine Aufgabe ist die, Sie so breitspurig hinzustellen, daß Sie es vertragen, wenn man sie stößt — ohne daß Sie gleich klagend am Boden liegen, wenn nebenan jemand unvorsichtig gehustet hat.

Sie sehen, es ist durchaus nicht unpraktisch, wenn wir uns auch in theoretische Aufgaben vertiefen.



VIII. Von der Notwendigkeit. Von der sittlichen Freiheit und von der Verantwortlichkeit.

„Doktor, mit der Geringschätzung meines zufälligen Lebensmilieus komme ich nicht aus. Ich bin nun mal durch Vererbung und soziale Verhältnisse dahin gekommen, wo ich stehe, und wenn ich nach Ihrem Rezept noch so freudig „Ja" sage zu all dem Geschehen — was mir noch nicht mal immer vom Herzen kommt — ich bleibe doch immer ein Sklave der Notwendigkeit. Ich sehe die freie Tat nicht, als die Ihnen die persönliche Reaktion des Individuums erscheint." —

Viel Einwürfe auf einmal, mein Lieber! Wer verlangt denn zunächst, daß die Ruhe des Weltweisen, die ich Ihnen anempfohlen habe, in Schlafmützigkeit ausarten solle. „Darüber stehen" heißt doch nicht, alles gehen lassen, wie's geht, sondern heißt: handeln, ohne unbeherrscht seinen Empfindungen und Erregungen preisgegeben zu sein.

„So sieh denn zu, daß du dein Werk vollbringst,
Damit geschehe, was geschehen soll." (Gita.)

Denn die Zustimmung zu den erkannten Bahnen des Geschehens, die bewußte, stolze Einordnung in das Gefüge dieses aufwärts strebenden Riesenbaues, verlangt unser Handeln und duldet kein Stillestehen und müßiges Zuschauen.

Die Dinge um Sie herum sollen Ihnen auch garnicht gefallen. Sie sollen Ihnen Unzufriedenheit erregen. Und aus der Unzufriedenheit soll Ihnen Sehnsucht erwachsen und aus der Sehnsucht die Tat! Und ob dies heiligen Zorn oder stille starke Hülfe von Ihnen verlangt, das ändert doch an der Grundlage Ihrer freudigen Ergebenheit nichts. Aus dieser heraus sind Sie ja erst fähig, überlegen und weise zu handeln, fruchtbar zu handeln. Das wäre mir eine rechte

Schlappheit, die zu allem „Ja“ sagt. Wo bliebe dann die Aktivität bei dieser Sorte aktiver Resignation! —

Und die vererbte Anlage — und das gesellschaftliche Milieu? — Ja, wenn wir vorwärts sollen, muß der Rückblick ein wenig schmerzen. Wenn unsere Vorfahren uns nur lauter gute Eigenschaften vererbten, so bliebe uns ja nur der Rentengenuß übrig, und die Vorwärtsbewegung käme ins Stocken.

Außerdem sind Sie ungerecht. Die Vererbung versorgt Sie ja auch mit all dem, was Sie sonst noch sind — außer den paar Schwächen, die Ihnen anhaften — also auch mit all Ihren guten Anlagen.

Das alles und das gesellschaftliche Milieu zeigt Ihnen nur, was Sie werden können, nicht was Sie unbedingt werden müssen. Es erklärt im schlimmsten Falle die Entwicklung Ihrer schlechten und schwachen Seiten und gewährt Ihnen mildernde Umstände; aber sie sagt keineswegs, daß Sie nicht auch andre Wege finden, andere und bessere Seiten Ihres Wesens hätten ausbilden können.

Ihre ganze Anschauungsweise hat einen Fehler — sie ist nicht vollständig. Sie denken bis zum Determinismus und machen Halt — Sie kommen mit Ihrem Denken bis zu der Tatsache, daß alles Geschehen notwendig so erfolgt, wie es geschieht, weil alles nur innerhalb des Ablaufs von Ursache und Wirkung, innerhalb der Kausalreihe geschehen kann — aber Sie denken nicht weiter, Sie denken nicht durch bis ans Ende. Grade der Determinismus, die Lehre von dem unbedingten Bedingtsein alles Geschehens, gibt uns erst die Möglichkeit, von persönlicher Freiheit zu sprechen! —

Hören Sie zu! — Der Mensch handelt, und seine Beobachtung lehrt ihn, daß er es ist, welcher handelt. So kommt er zum Bewußtsein seiner Individualität, zum Sebstbewußtsein.

Weiter — er handelt gesetzmäßig, d. h. nach Motiven: Vorstellungen, die in seinem eigenen Gehirn von ihm

selbst zu Beweggründen verarbeitet wurden — und ferner aus Trieben: Vorstellungen von uralter, ererbter Natur, welche schon fertig daliegen, und die er nicht erst zu Beweggründen umzuarbeiten braucht. Aus dem Wechselspiel dieser Triebvorstellungen entspringt nun die Tat.

Daß sie gesetzmäßig erfolgte, ändert doch nichts daran, daß sie eine persönliche Tat war — daß ich beim Handeln gesetzmäßigen Bedingungen unterworfen bin oder ihnen gehorche, ändert doch nichts an der Berechtigung unseres Gefühls, aus dem heraus wir sprechen: „ich" handle. Und selbst wenn wir gezwungen handeln, so bleibt der Umstand, daß wir es tun, doch für unser Bewußtsein entscheidend.

Das sei noch keine Freiheit? — Nein, keineswegs — übrigens, eine Unbedingtheit, eine Ursachlosigkeit werden Sie doch wohl kaum in meiner Anschauung suchen wollen. — Aber hinter all dem steckt doch vielleicht viel mehr Freiheit, als Sie denken. Nur kann ich mit diesem etwas dehnbaren Begriff noch nichts anfangen. Wenn ich Ihnen antworten soll, so muß ich immer erst wissen, was Sie unter Freiheit verstehen, d. h. **wovon** ich frei sein soll.

Nun — unfrei bin ich, insofern ich von Dingen abhänge, die außer mir liegen; frei würde ich mich da nennen, wo ich von nichts abhängig wäre als allein von mir selbst. Das Anwachsen dieser Freiheit aber, das Schaffen sittlicher Werte ist unser nächstes Entwicklungsziel und eins unserer vornehmsten gewiß.

Der Mensch ist für mich das erste Lebewesen der Erde, welches kraft seiner Gehirnentwicklung in der Lage ist, gewissermaßen aus sich heraus und sich selbst gegenüber zu treten, um das eigne werte „Ich" dann zu einem Gegenstand interessanter Erkenntnis zu machen.

Was er da sieht, ist zunächst das, daß alles gesetzmäßig und mit Notwendigkeit vor sich geht. Und wie Faust Mephisto gegenüber erst dann auf die famose Idee kommen konnte, einen Pakt mit ihm zu schließen, als sich ergab, daß

auch die Hölle ihre Rechte und Gesetze habe, so ergibt sich auch für uns erst aus der Erkenntnis dieser Gesetzmäßigkeit unserer Lebensvorgänge die Möglichkeit, mit ihren Ursachen und Wirkungen zu *rechnen*. Wir können feststellen, welche Wirkungen aus gewissen Ursachen folgen müssen, bezw. welche Ursachen den oder jenen Folgen zugrunde liegen; kurz, wir können erkennen, was uns schadet, und was uns frommt. Wir können das Wechselspiel unserer Vorstellungen und Beweggründe *überblicken* — wenigstens bis zu einer gewissen Grenze — und diese Kenntnis nutzen.

Diese beschauliche Tätigkeit hat nämlich zwei wichtige Folgen. Einmal wird das, was wir da sehen, *unweigerlich* selbst zu einem *Bestandteil unseres Vorstellungsinhaltes* und gewinnt damit einen mehr oder weniger bedeutenden *Einfluß auf die Gestaltung unserer Motive*. Und zweitens führt dies zu jenem *Gefühl der Verantwortlichkeit*, das uns aus der Möglichkeit erwächst, Folgen unserer Handlungen *voraus* zu sehen, um dieselben bei dem Motivierungsprozeß bereits *praenumerando mit zu verarbeiten*. Soweit wir also die Folgen einer Handlungsweise zu überblicken vermögen und diese Erkenntnis zu verwerten imstande sind, soweit sind wir für dieselben tatsächlich verantwortlich.

Hierin liegt nun auch der Begriff der persönlichen Freiheit, d. h. einer gewissen Freiheit und Unabhängigkeit von außer uns liegenden Verhältnissen versteckt. Machen wir uns die Sachlage einmal an einer Zeichnung klar. (Seite 44.)

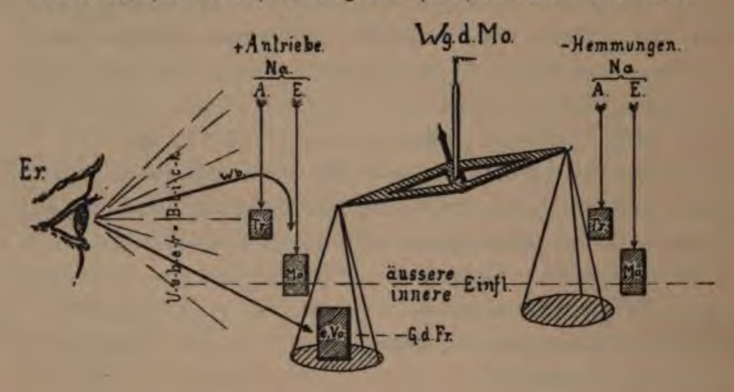
Der absolute Determinismus lehrte bisher, daß unsere Entscheidungen der gesetzmäßige Ausfluß unserer Natur (Na.) seien, welche lediglich ein Produkt von Anlage (A.) und Erziehung (E.) darstelle.

Das genügt mir nun keineswegs, sondern auf die Wagschale der Entscheidungen legen wir nicht nur die Triebe (Tr.) und die Motive höherer Art (Mo.), sondern vermöge unserer Erkenntnis (Er.) gewinnen wir Vorstellungen von eventuell

entſcheidendem Wert (e. Vo.), die wir als etwas Ureigenes zu den übrigen Belaſtungsmomenten auf die Wagſchale der Motivierungen (Wg. d. Mo.) hinzutun.

Die Triebe leiten ihren Urſprung aus unſeren angeborenen und vererbten Anlagen her, die Motive ſtellen mehr das Ergebnis unſerer Erziehung und unſeres ganzen inneren Werdeganges dar, beides läßt in erſter Linie den Einfluß der uns umgebenden Außenwelt (ä. Ei.) erkennen. Diejenigen entſcheidenden Vorſtellungen aber, die uns aus der Tatſache

Schematiſche Darſtellung der perſönlichen Freiheit.



unſeres Erkenntnisvermögens zufließen, gehören in ganz anderem Maße uns ſelbſt (i. Ei.) und bedeuten eine Entwicklungsperiode, in der wir bereits aus Anlage und Erziehung eine eigne Perſönlichkeit geworden ſind.

Ob dieſe Erkenntnis nun zu Überlegungen führt, welche eine erwünſchte Folge erſehnen (+ Antriebe), oder welche eine gefürchtete abzuwenden wünſchen (— Hemmungen), beide Male können ſie eine Größe darſtellen, welche zwiſchen winzigen Werten und zwiſchen Beweggründen von überragender Kraft ſchwanken, mit denen wir alſo unſerem niederen Triebleben als Herren gegenüber treten können. Dies aber

ist eine Fähigkeit, die wir durch Arbeit und Übung nach dem Gesetz der Bahnung zu erwerben vermögen, und die wir als Nervöse doppelt erstreben müssen.

„Denn glücklich ist nur jener, dem's gelingt,
so lang er noch des Lebens Bürde trägt,
die Triebe, welche Lust und Zorn erzeugen,
Durch der Erkenntnis Kraft zu überwinden.“ (Gita.)

Die Größe „e. Vo.“ bedeutet also unsere sittliche Freiheit und ruft das Gefühl der Freiheit des Handelns (G. d. Fr.) hervor, welches wir doch nun einmal besitzen, allem Determinismus zum Trotz. Jene Größe „e. Vo.“ läßt dieses Gefühl aber als ein durchaus berechtigtes erscheinen, da die Einsicht ein Ding ist, welches seinen Ursprung, entgegengesetzt zu den Größen A. und E., im eigenen Selbst gewonnen hat.

Sittliche Freiheit in meinem Sinne bedeutet also eine gewisse Unabhängigkeit von äußeren Einflüssen, weil auf Grund unserer Erkenntnis eine vorwiegende Abhängigkeit von inneren Beweggründen für die Entscheidung vorlag.

Daß das alles gesetzmäßig vor sich geht, ändert nichts an der Tatsache, daß es so vor sich geht, wie ich eben auseinandersetzte. Selbstverständlich beruht der Wert der Größe e. Vo. bezw. Er. auch auf der eignen Natur Na., jenem Ergebnis von A. und E.; es ist mit dem Belastungsmoment e. Vo., also nur ein Zwischenglied in die Rechnung des Determinismus eingeschoben. Aber gerade die Tatsache, daß es gesetzmäßiger Weise eingeschoben ist, und zwar als höhere und häufig entscheidende Instanz — sowohl intellektueller als auch sittlicher Natur — das entscheidet für die Berechtigung meiner Auffassung.

Es gehört eben zu der Gesetzmäßigkeit dieses Motivierungsablaufes, daß dieses Zwischenglied vorhanden ist und zur Wirkung gelangt, welches wir mit dem Gefühl einer gewissen Freiheit begleiten. Dies Zwischenglied hat man eben in der Rechnung des Determinismus geflissentlich übersehen,

aber es muß gerade in dessen Kreditkonto mit goldenen Lettern als Guthaben gebucht werden. —

Die Beweggründe unseres Handelns gewinnen Form und Gestaltung also auch aus treibenden Vorstellungen, deren Ursachen in uns selbst liegen, und welche der Ausfluß unserer erkennenden Gehirntätigkeit sind. Und so werden wir selbst kraft unseres Erkenntnisvermögens durch eigenes Tun zu einem oft entscheidenden Motiv unserer eigenen Motivierungen. Und in dem Maße wir das werden, sind wir frei, denn in dem Maße sind wir zunächst nur von uns selbst abhängig.

Wir sind es nicht vollkommen, denn wir streben entwicklungsgeschichtlich ja erst dieser Freiheit zu. Aber, je mehr sich das in uns entwickelt, was wir das sittliche Bewußtsein unserer Persönlichkeit nennen, desto freier werden wir sein, wenn auch natürlich nie in dem Sinne des falschen Begriffes einer unbedingten Wahlfreiheit, die es innerhalb der Kausalreihe nicht gibt und nie geben kann.

Im Sinne meiner Ausführungen aber können wir die sittliche Freiheit und die Verantwortlichkeit tatsächlich als eine Eigenschaft ansprechen, die wir erst beim Menschen treffen, und die uns nicht unerheblich über die bisherigen Lebewesen der Erde hinausträgt.

Wer beim Determinismus mit seinem Denken Halt macht, hat also meines Erachtens nicht durchgedacht — es geht noch weiter, und aus dem Gesetz der Notwendigkeit entspringt erst die Möglichkeit der Freiheit, die uns zu Menschen macht.

Dieser Weg, den Gedanken der persönlichen Freiheit für unser Handeln aus den Fesseln einer unvollständigen deterministischen Denkweise zu befreien, mag Ihnen zunächst noch ungewohnt erscheinen; aber wir sind gleichwohl berechtigt, ihn zu wandeln. Der Begriff von Freiheit, der hierbei herauskommt, findet so jedenfalls eine hinreichende psychologische

Erklärung, zugleich auch für das in uns vorhandene Freiheitsgefühl, welches danach keine Selbsttäuschung ist. —

Noch eine andere Art von Freiheit kann ich mir vorstellen, die für unsere ganze Denkweise gegenüber der Nervosität von Bedeutung erscheint. Zum Bewußtsein dieser Freiheit komme ich, wenn ich mein Tun und Denken in eine so völlige Übereinstimmung mit den erkannten sittlichen Forderungen gebracht habe, daß ich in keinem Augenblicke mehr fühle, daß dies Forderungen und Gesetze sind, die Gehorsam heischen. Dann gehorche ich ihnen nämlich nicht mehr als Sklave, und eine widerwillige Regung gehört zu den Undenkbarkeiten, denn ich bin dann so völlig in ihnen aufgegangen und habe mir diese Forderungen so zu eigen gemacht, daß ich aus eigner Natur so handle, ja so handeln muß — und nur das tun kann, was zu fordern das Gesetz nur von dem nötig hat, der es nicht von selbst erfüllt. Ich handle dann aus eigenem Triebe von selbst so, wie ein Herr es mir befehlen würde. Dadurch entziehe ich mein Bewußtsein einer Sklaverei, denn ich kann dann für mein Handeln keine Schranke mehr fühlen. Ich will nur das und kann nichts anderes wollen, als was ein Ideal von sittlicher Größe von uns zu fordern vermöchte. — Und auch das wäre „Freiheit." —

Und was die Verantwortlichkeit anbelangt, so meine ich, die kann unter der Tatsache des notwendigen Bedingtseins meiner Handlungen durchaus nicht verloren gehen. Die Voraussicht der Folgen verpflichtet. Wie ich das meine, sagte ich Ihnen schon, aber ich gehe noch weiter. Je höher die sittliche Stufe ist, die der Mensch kraft seines Erkennens erreicht, desto weiter überschaut er den Gang

der Ereignisse nach vorwärts und rückwärts, und unsere Verantwortlichkeit wächst mit der deterministischen Erkenntnis — dieser wissenschaftlich einzig möglichen Erkenntnisform.

Daraus folgt, daß man nicht nur für die Handlung selbst verantwortlich ist, sondern vielleicht in noch höherem Maße für das Auftreten der sie bedingenden Motive, also für die willensbildenden Momente; denn im Handeln treten Triebe und Motive oft zu unmittelbar zutage und lassen der höheren Einsicht nicht genug Zeit, um zu Worte zu kommen. Aber in den Motiven liegt aus früheren Tagen her schon ein gut Teil[1]) durch Erkenntnis erworbener sittlicher Werte aufgespeichert, welche bei der Handlung zwar auf dem Umwege über Mo. zutage treten, aber eigentlich aus Er. herstammen.

Was so in gutem Sinne gilt, gilt natürlich auch im schlechten, und deshalb nehme ich es Ihnen nicht nur übel, daß Sie der oder jener Versuchung unterlagen, sondern, daß Sie ihr unterliegen konnten[2]). Es ist wichtiger, daß ich Sie für die Bildung Ihrer Motive mehr verantwortlich mache als für das Wollen selbst, für die „Motive ihrer Motivierungen“, wie ich es nannte.

Unsere sittliche Verantwortlichkeit wächst also bei solcher Anschauungsweise, und es ist ein ganz törichter Vorwurf, wenn man vom Deterministen immer wieder behauptet, er kenne keine Verantwortlichkeit und entschuldige alles und jedes bequemerweise mit seiner leider allzu mangelhaften Natur, gegen die man nun einmal nicht handeln könne.

Niemand hat so ausschließlich schlechte Anlagen, daß es deshalb tatsächlich an der Möglichkeit gemangelt hätte, das „angeborene Temperament“ zu einem „erworbenen Charakter“ umzubilden.

---

1) im Schema S. 44 durch den Pfeil Wb. (Willens bildende Momente) angedeutet und wird durch die punktierte Linie als derjenige Teil der Größen Mo. hingestellt, welcher auf innere Einflüsse (i. Ei.) zurückzuführen ist.

2) Vgl. auch S. 39.

An der Erziehung zur sittlichen Persönlichkeit dürfen wir unser ganzes Leben lang nicht aufhören zu arbeiten. Wir legen uns dabei nur allzugern auf die Faulbank. Aber sehen Sie, deswegen sind ja die Sehnsuchtswecker da, die Schicksalsschläge, gleichviel ob sie uns mit Keulenhieben oder mit Nadelstichen verfolgen. Die wecken uns auf, je nach Bedarf mehr oder weniger sanft, und dann geht es wieder ein paar Schritte vorwärts, bis wir abermals glauben, auf unseren Lorbeeren ausruhen zu dürfen.

IX. Vom Egoismus und vom Altruismus.

„Ja, Doktor. Mit der Freiheit ist es mir ganz so gegangen, wie Sie es beschreiben. Sie war mir durch den Determinismus gründlich verleidet, so daß ich schließlich fünf gerade sein ließ. Was half alles Aufbäumen meines Gefühls gegen die anscheinend zwingende Logik der Notwendigkeit. Nun haben Sie mir tatsächlich einen Weg gezeigt, auf dem ich meine Meinung mit meinem Empfinden wieder in Einklang bringen kann.

Ihr Salto vom Determinismus zur sittlichen Freiheit hat auch für mich etwas Befreiendes, und das gibt mir nun die Hoffnung, daß Sie mir auch in einem anderen Punkte helfen können, der mich bedrückt.

Noch eine Anschauung ist es nämlich, die meinem sittlichen Wollen eine tiefe Wunde geschlagen hat. David Strauß tadelt an einer Stelle seines berühmten Buches „Vom alten und neuen Glauben“ an der christlichen Anschauungsweise, daß sie sittliches Handeln durch Belohnung und höllische Strafen er-

zwingen will. Um des Guten selbst willen sollen wir gut handeln. Und dann trat mir der Gedanke entgegen, daß all unser Handeln immer nur rein egoistischen Trieben entspringe. Wir suchen stets nur, was uns Lust bereitet, und suchen abzuwehren, was uns Unlust bringt; kurz, auch jede Guttat geschieht nur, weil es uns — trotz persönlicher Opfer dabei — noch unangenehmer gewesen wäre, sie zu unterlassen.

So gebe ich beispielsweise einem Bettler einen Taler, den ich nicht einmal übrig habe. Aber ich tue es nicht, weil ich ihm damit eine Wohltat erweisen will — der Kerl ist mir persönlich ganz gleichgültig — sondern weil es mir peinlich ist, das nicht zu tun. Wenn man recht hinsieht, da sind eben alle schönen Worte vom Altruismus nichts als leere Redensarten, mit denen man keinen Hund hinterm Ofen vorlockt." —

Kein Grund, um an dem Glauben an eine sittliche Ordnung in den Dingen zu verzweifeln, mein Lieber. Was Sie da meinen, ist auch nur eine Folge mangelhaften Durchdenkens. Sie machten vordem an der Tatsache des Determinismus Halt und wollten nicht weiter, obwohl Ihnen hinter dem Tore die Freiheit winkte, und nun scheuen Sie vor einem Wort, dessen Inhalt Sie einfach nicht genügend erschöpft haben.

Selbstverständlich handeln wir alle nach dem Grundsatz: „Schaffet, daß ihr selig werdet." — Weg mit der Unlust! Her mit der Lust! — Aber sehen Sie sich doch gefälligst erst mal genau an, was Ihnen Lust und Unlust bereitet? Mitleid und Mitgefühl, der Trieb der Nächstenliebe regiert Ihr Empfinden freilich nur, weil Sie mit-leiden. Aber das ist ja weiter nichts, als ein feiner Schachzug der Natur, um Sie zu altruistischer Betätigung zu zwingen.

Sehen Sie denn nicht, daß nur das Ihren Egoismus befriedigt, was Sie im Sinne altruistischer Nächstenliebe tun? Beglückendes Empfinden zieht nur dann in Ihre Brust ein, wenn Sie für andere etwas taten, statt für sich — und

so enthält der vermeintliche Egoismus des „Schaffet, daß ihr selig werdet“, den alleraltruistischsten Gedanken, den Sie sich nur wünschen können.

Und die Selbstsucht? — die echte, häßliche Übertreibung des Egoismus? — Ja, lieber Freund, wenn Sie der folgen, so merken Sie ja sofort, daß Selbstsucht gar keine Selbst-Sucht ist. Sie können ja garnicht mehr gegen Ihr Selbst handeln und sich unglücklicher machen, als durch vermeintlich selbstsüchtige Handlungsweisen.

Ein logisches Zwickmühlchen ist das Ganze, das mir schon manchmal Spaß gemacht hat, nichts weiter — ein genialer Streich der Natur, um ihre Zwecke zu erreichen. Mit Speck fängt man Mäuse!

X. Vom Zufall, vom Zweck und von der Vorsehung.

„Bei Ihrer Denkweise, Doktor, muß man sich tatsächlich mit dem Walten der Naturgesetze aussöhnen können. Aber da scheint mir so eine kleine Ausnahme vorzuliegen, der Zufall.

Er ist allerdings nur das Gegenteil von Absicht, nicht etwa von der Notwendigkeit; aber gerade darum bin ich neugierig, wie Sie sich mit ihm abfinden. Also, was machen wir mit ihm?“ —

Das will ich Ihnen sagen — den buchen wir gefälligst auf das eigne Schuldkonto.

Ich meine natürlich nicht jene echten Zufälligkeiten, die sich aus dem Kreuzen zweier beliebiger Bewegungsrichtungen

ergeben, welche keinerlei Beziehungen zueinander haben. Die gehören unter die Rubrik „Pech" und gehören zu den schlechten Witzen der Natur, über die man lacht, oder die man schlimmsten Falles unpersönlich, wenn auch betrübt, hinnehmen sollte, als wenn uns z. B. ein tückischer Wirbelwind den Hut von dem edlen Dulderhaupt herunterweht.

Aber was man so richtig „Zufall" nennt, das ist — wie Ellen Key so treffend sagt — nur der Ausdruck für noch unentdeckte Gesetzmäßigkeiten, und er erscheint mir häufig geradezu als ein Vorkommnis, welches durch seine Wirkungen den Charakter des Bezweckten gewinnt.

Nun ist das ja im Grunde ein Unsinn, denn einen Zweck in dem Sinne gibt es gar nicht. Unsere Sprachgewohnheiten verleiten unser Denken zu solchen Ungenauigkeiten. Streng genommen dürften wir nur von Eigenschaften reden, die wir zu dem oder jenem Zwecke benutzen, und dann haben die Dinge *für uns* den Zweck, aber sie haben ihn nicht an sich. Petroleum hat die schätzenswerte *Eigenschaft*, mit leuchtender Flamme zu verbrennen; wir *benutzen* das zu dem Zwecke der Beleuchtung; aber man kann nicht sagen, das Petroleum *hätte* den Zweck zu leuchten, sondern es *erfüllt* ihn höchstens.

So kann aus einem Geschehen, in dem wir eine gewisse Zielstrebigkeit erkennen, für uns ein Zweck herausgelesen werden, den wir aber erst aus der *Wirkung* ableiten. Wir dürfen von dem Vorgang deshalb nicht sagen, daß ein Zweck in ihm oder hinter ihm oder sonst wo läge, sondern es liegt in ihm, es ist seine Eigenschaft, so oder so auf uns zu wirken. Deshalb erfüllt es den Zweck, der der inneren Zielstrebigkeit entspricht, die natürlich keine spezielle, auf diesen einen Punkt gerichtete sein kann, sondern nur eine allgemeine Tendenz des Geschehens überhaupt zutage treten läßt.

So sagten wir ja auch von Schmerz und Sünde und Unglück, daß sie für uns den Zweck hätten, oder richtiger — *erfüllten*, uns höher zu werten, unsere Sehnsucht nach

oben, den göttlichem Trieb in uns zu wecken. Es ist eben die Eigenschaft der Dinge, daß sie auf uns so wirken, oder noch richtiger, es liegt in uns, daß wir so auf die Dinge reagieren[1]).

Aber wie ich schon einmal anführte[2]), „keinem entgeht sein Schicksal." Wir sind eben persönliche, individuelle Reaktionen auf die umgebende Welt, und für das Zustandekommen dieser sog. Zufälle und Schicksale sind wir viel mehr verantwortlich, als man gemeinhin denkt.

Zufall ist nämlich das, was einem zufällt, und es fällt einem das zu, auf was man gestimmt ist. Das will heißen, aus Hunderten von Möglichkeiten trifft die Individualität gewissermaßen eine Wahl, d. h., sie reagiert auf diejenigen der vorhandenen Möglichkeiten des Zufalls, für welche ihre augenblickliche Stimmung den besten Resonanzboden bildet.

Der Zufall ist also kein rein passives „Getroffen-Werden", sondern enthält ein aktives Moment, die persönliche Stimmung, welche nur diejenigen Töne und Schwingungen aus der Umgebung annimmt, welche den eigenen, gerade vorherrschenden Schwingungsarten entsprechen.

Vergleichen wir diese Verhältnisse mit den chemischen Affinitäten. In einem Gemisch kann mancherlei friedlich nebeneinander wohnen; aber wo starke Affinitäten bestehen, da reißt es die Moleküle zueinander hin, und wenn die kleinen Dinger die Sache nicht durchschauen, so sprechen sie dann auch von „zufälligem" Begegnen.

Manchmal möchte man dabei fast von Zwangserscheinungen reden, so gewaltsam und unentrinnbar tritt einem das Schicksal in Gestalt des Zufalls entgegen. Lassen Sie sich nicht täuschen, es erreicht Sie auf Grund vorhandener Affinitäten.

---

1) Vgl. VI. S. 31.
2) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 108.

Sie meinen, ich hätte damit eine Art „Vorsehung“ und „Führung“ für meine Anschauung gerettet? — Habe ich auch, wenn auch nicht im Sinne einer vorausschauenden bewußten Führung zu irgend welchen Zwecken. Aber wir müssen die erkannten Wirkungen, von denen aus andere auf eine persönliche Vorsehung schließen, wieder in die Dinge hineinlegen, als gesetzmäßige Eigenschaften, welche sich in ihnen entwickelten, weil sie nur so den aufwärtsgerichteten Tendenzen des allgemeinen Weltgeschehens entsprachen.

Auch den Zufall bereiten wir uns also selber, in dem Sinne, daß es eben von uns, von unserer jeweiligen Verfassung abhängt, welcher Zufall uns trifft.

Darum gibt es auch so viele auffallende und merkwürdige Zufälle, über die man sich so sehr wundert, wenn sie den Nagel gerade auf den Kopf treffen, was man von einem „Zufall“ doch gar nicht erwarten sollte.

Also keine Selbstbeschönigungen und Entschuldigungen. Essen Sie die Suppe immer hübsch aus, die Sie sich eingebrockt haben, und schimpfen Sie nicht auf andere, die an der Suppe nicht schuld sind. Bestellt mögen Sie sich dieselbe freilich nicht immer haben, aber ausgesucht und verdient — sicher!

Wir sehen sie nur nicht, die innere Verkettung der Zufälle, und darum erscheinen sie uns so „absichtslos“. Die alten Inder haben diesen Gedanken wunderbar schön ausgedrückt: „Du kommst zu dem, was deine Seele sucht.“ — Wovon dein Herz erfüllt ist, das fällt ihm zu. So greift der Zufall bis in die tiefste Tiefe unseres Gemütes und mahnt uns: halte dein Herz und deine Gedanken rein, dann gehst du unberührt durch den Schmutz und die Gefahren des Schicksals. Du hast dann keinen Resonanzboden für sie in Dir!

Und noch ein anderes dürfen wir nicht außer acht lassen. Zufall ist auch noch der Ausdruck für die Tatsachen höherer Zusammengehörigkeiten, größerer Einheiten,

innerhalb deren wir eine gewisse Selbständigkeit zu haben glauben, die aber sicher viel kleiner ist, als wir gemeinhin annehmen. Wir sind es ihnen gegenüber genau so gut oder so wenig, als es z. B. eine unserer Leberzellen unserem Gehirn gegenüber ist. Wer weiß, ob die nicht meint, genau so frei zu handeln, wie wir es von uns wähnen.

Die Gesetze der Psychogenie, der seelischen oder allgemeinen nervösen Bedingtheit alles Geschehens in uns, gelten eben nicht nur für unseren Körper, sondern im übertragenen Sinne ganz allgemein und also auch für die größeren Einheiten, deren Teile wir darstellen. Wir sehen sie nur nicht, die unsichtbaren Nervenfäden, an denen unser sogen. eigenes Leben hängt, die allgemeinen Einflüsse, den Geist der Zeit, die Stimmung der Menschheit oder eines Volkes — und nur der ruhig Aufmerkende wird sich ihrer gelegentlich bewußt. — „Ohne daß man zu sagen wüßte, woher und wie es entstand, bemerkt man das Ewige in der Zeit und das Notwendige im Gefolge des Zufalles“ [1]).

Darin liegt wiederum der Gedanke einer gewissen „Führung“. Vergegenwärtigen wir uns nur einmal die Tatsache, daß z. B. Ideen nie in einem Kopf allein zutage treten, sondern zu gleicher Zeit an den verschiedensten Punkten zu erscheinen pflegen. Die einzelnen Köpfe sind wie Kristallinsen, durch welche ein gemeinsamer Lichtstrom an verschiedenen Stellen gesammelt und zu Brennpunkten vereint wird. Solche Gedanken liegen in der Luft, pflegt man zu sagen, und das Aufblühen des Idealismus unserer Zeit ist genau so gut ein Beispiel dafür, wie die Periode des naturwissenschaftlichen Materialismus es war und die Renaissance oder das Reformationszeitalter, oder die Kreuzzüge und Völkerwanderungen usw. usw. Wir sind oft aufs höchste erstaunt, wenn wir etwas Eigenes gefunden zu haben meinen und auf einmal feststellen müssen, daß es anderen gerade so gut gehört.

---

[1]) Schiller, Über die ästhetische Erziehung des Menschen: 19. Brief.

Die Führung liegt in dem Strom göttlicher Energie, der als Dominante durch das Weltall und seine Lebensformen hindurchgeht, und nach dem sich Gesetze, Eigenschaften und Wirkungen richten, wie die Eisenfeilspänchen in einem Glasrohr, wenn die Hand das Experimentators daran klopft und für die Spänchen Schicksal spielt. Der Zusammenhang der Dinge mit der Führung ist der, daß ihre Eigenbewegungen in dem „Strom göttlicher Energie" enthalten sind als in ihrem Ursprung und von ihm durchdrungen werden — sie sind in ihm, wie er in ihnen ist! —

XI. Von der ausgleichenden Gerechtigkeit, von Sünde, Strafe und Lohn, und vom Gewissen.

„Hören sie, Doktor, Ihr Sprüchlein lautet aber anders, als was man sonst lehrt. Gings einem hier schlecht, so gab man uns wenigstens den Trost einer besseren Zukunft nach dem Grundsatz einer ausgleichenden Gerechtigkeit." —

Für Nervöse ein schlechter Trost, mein Lieber und — eine Schwäche. Da jammert man dann sein Leben lang und bringt nichts vor sich, verlangt von seinem Herrgott Dinge, die einem gar nicht zustehen, und will sich nicht mühen. „Vor den Erfolg setzten die Götter den Schweiß." Nicht von außen her — auch im Jenseits nicht — kommt uns das Glück. In uns muß es erstehen, als Preis ehrlich treuen Ringens!

Da fragt man immer „warum?" — Warum muß ich gerade so leiden? — Womit habe ich das verdient und ver-

schuldet? — Damit kommt niemand vorwärts. Das Leiden ist dazu da, daß es Sehnsucht wecke in unseren Herzen nach reinerem besseren Leben, zu dem es uns läutert. Nicht „warum" heißt die Frage, sondern **„wozu"**. Vor uns, das Ziel, das ist der Punkt, auf den unserer Seele Blick sich hinrichten soll, daß Sehnsucht uns packe, und anschwelle zu machtvollem Trieb, der unser Handeln fortreißt zu edleren Taten.

Der Weg dahin liegt in uns, in uns auch das Ziel, das ersehnte.

Doch nicht der einzelne kann es völlig erreichen. Selbstlos muß er aufgeben im Ganzen — sein Tun ist nur Teilwerk. Was wir schaffen, schaffen wir nicht für uns selbst — wir schaffen es über uns hinaus, für das Ganze!

Schauen Sie auf so manches Helden Tod. Er opferte sein Leben für einen großen, stolzen Gedanken. Aus solchem Tod sproßt uns der Sieg — wer will ihn bejammern! Was wir daraus lernen, das muß unser Denken und Tun bis ins kleinste durchdringen:

Selbstlos verlerne den Wunsch,
der nur dir selber genügt.
Mit Bewußtsein diene dem Ganzen.
Nichtig schrumpft dein Geschick,
wenn du es also beschaust. —

Darum müssen wir Wert darauf legen, daß wir nervöse Menschen von großen, idealen Gesichtspunkten durchglüht werden, die uns über unser persönliches Leid hinwegreißen zur Tat. Sonst werden wir zu jammernden Schwächlingen, die nach einer „ausgleichenden Gerechtigkeit" suchen, die wir uns nicht verdient haben.

Was wir an Glück erreichen können, im Diesseits oder in Zukunft, in uns liegt es als Keim — die Gottheit schickt uns den Weckruf, zwingt uns zu harter Fron, damit wir

das köstliche Gut als Eigenes erkämpfen müssen. Denn nur was im Kampf in uns reift, nur das ist unser Besitztum!

Darum ziehe ich eine Weltanschauung vor, die mich mein Geschick so verstehen lehrt, daß es mich zur Tat treibt. Der Glaube kann mich nicht beglücken, der das Leiden erträgt wie ein Hund unverdiente Prügel im Ausblick auf eine Hand, die ihn vielleicht später dafür streichelt.

Es gibt aber eine Art ausgleichender Gerechtigkeit, die schon im Diesseits, ja in jedem Augenblick unseres Lebens ihre volle Wirkung entfaltet. — „Denn alle Schuld rächt sich auf Erden!" — und zwar unmittelbar, wenigstens im ideellen Sinne. So wie auch jede reine, schöne und große Tat ihren Lohn in sich trägt. Wer nach äußerem Erfolge schielt, „wahrlich, er hat seinen Lohn dahin."

Es ruht ein Gesetz auf dem Grunde unseres Herzens, das uns unfehlbar sagt, was wir zu tun, was wir zu lassen haben — d. h. bei allem Handeln haben wir ein Gefühl, welches für jeden einzelnen die Summe seiner erworbenen sittlichen Motive ausdrückt — das Gewissen.

Es wähnt wohl mancher, man könne seine Mahnung überhören, oder gar, man könne es besser wissen als das Gewissen.

Aber eine Stimme sagt uns, daß wir uns dann nur selbst betrügen wollen. „Drum, wenn das Herz euch warnt, folgt seinem Triebe". Sünde ist jede Handlung wider die bessere Überzeugung, und diesen Inhalt des Gewissens kann ich wohl abstumpfen, aber nie ganz ertöten.

Welchen Wert im Gegensatz dazu seine zielbewußte Ausbildung für den nervösen Schwächling hat, habe ich schon früher einmal auseinander gesetzt[1]).

Also in der seelischen Begleiterscheinung unserer Gedanken und Handlungen liegt die ausgleichende Gerechtigkeit, die

[1] Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 126.

uns mit Glücksgefühlen oder Unglücksempfindungen versorgt, die wir vielleicht zu übertäuben versuchen mögen, denen wir aber nie ganz entrinnen können.

Wenn Sie das als Lohn und Strafe bezeichnen wollen, so habe ich von gewissem Standpunkte aus nichts dagegen. Ich für mein Teil möchte es mehr als einen Kunstgriff der Natur ansehen, welche uns dadurch zu sittlich gutem Tun treibt, indem sie es zu einem Akt wohlverstandenen Egoismus' werden läßt.

Der der Natur zugrunde liegende Drang nach aufwärts, ihre innere, unbewußte, immanente Zielstrebigkeit tritt in solchen scheinbar zweckdienlichen Eigenschaften zutage.

Ganz falsch ist es aber, diesen Lohn und diese Strafe aus der Sphäre des seelischen Gefühls in das Reich des Konkreten hinabzuziehen und von einzelnen Ereignissen und von äußeren Schicksalen zu denken, sie könnten uns als Strafe geschickt worden sein. Dann wäre die Frage freilich berechtigt, die Sie stellen: womit habe ich das verdient? Denn das wäre wirklich nicht recht einzusehen, da ein Zusammenhang zwischen diesen Dingen und unseren sittlichen Werten nicht besteht. Der Frage liegt also ein falscher Gedankengang zugrunde. Auf törichte Fragen kann man aber keine befriedigenden Antworten erteilen.

Fragen wir also lieber immer wieder, wozu uns das oder jenes dienen kann. Die Antwort wird uns dann von selbst darauf hinweisen, daß die Dinge uns dazu dienen, daß wir unsere Kräfte daran üben und sie im Überwinden von Leid und Schwerem wachsen lassen sollen.

Wenn wir die Dinge so ansehen, dann verlieren sie ihren Schrecken für uns, und wir werden dann unserem Geschick gegenüber nicht nur zu ruhigem Begreifen kommen können, sondern selbst zu freudig bewußtem Ausnutzen,

das einem Beherrschen derselben nicht unähnlich sieht; denn dann stehen wir über den Dingen! —

XII. Von der Erhaltung von Kraft und Stoff und vom Gesetz der steigenden Werte.

„Nie kann es rückwärts gehen, sagen Sie? Gut, Doktor, ich will es zugeben, wo die Welt rückwärts geht, ist der Rückschritt nur ein scheinbarer. Von höherer Warte betrachtet, fördert er den Fortschritt des Ganzen.

Aber das Ganze selbst, jene bestimmte Masse von Stoffen und Kräften, von denen ich doch nichts fortnehmen und nichts hinzusetzen kann, das bleibt sich ewig gleich. Was auf der einen Seite niedergeht, mag auf der anderen steigen. Aber im Wechselspiel des Auf und Nieder regiert doch das Gesetz von der Erhaltung der Kraft!" —

Ihr Ton verrät, daß Sie sich sicher fühlen. Warum auch nicht — stützen Sie sich doch auf das stolzeste Dogma des vergangenen Jahrhunderts. — Auf in den Kampf, Torrero! Der Gegner kommt mir gerade recht.

Also, was für unsere kleinen Laboratoriumsverhältnisse und die paar Gesetzchen, die unser Hirn glücklich erfaßt hat, zur Zeit gilt, das wollen Sie ohne weiteres auf das Weltall mit all seinem ideellen Gehalt übertragen und wollen aus ihm ein ewig langweiliges Pendelwerk machen? — einen Wiederkäuer, der sich selbst an einem Ende auffrißt, um sich

das Verlorene am andern Ende wieder wachsen zu lassen? Zum mindesten behaupte ich, daß es dann jedesmal immer besser und schöner wächst.

Ja, wenn es sich noch beweisen ließe, dies Gesetz von der ewig gleichbleibenden Summe der Werte im Weltall. So aber bleibt es aller Weltideen traurigste und unfruchtbarste. Nein, solange nicht zwingendere Gründe vorliegen, als der kunstvoll hergestellte Vergleich mit mechanischen Verhältnissen, so lange müssen Sie mir gestatten, für mich zu sagen: diese Welten sind etwas Gewordenes. Von Ewigkeiten her wuchsen sie aus jener Summe latenter Möglichkeiten heraus, die noch nicht einmal Substanz waren, und während sie wurden und weiter werden in ständiger Umbildung ihrer Eigenheiten, wachsen ihre Werte als Fähigkeiten.

Beim Gedanken scheitern nämlich unsere Rechenkünste, und die Ahnung von der Berechtigung einer ganz anderen Auffassung der Dinge dämmert uns entgegen. Im Weltall regiert nicht das Gleichgewicht und der Pendelschwung, der stets hüben und drüben gleich weit ausschlägt — hier regiert die ständig von innen heraus getriebene Bewegung — die Gleichgewichtsstörung regiert das Leben, und dessen oberstes Gesetz, das Gesetz der steigenden Werte[1]).

Die Welt der Materie ist nur eine vorübergehende Entwicklungsphase. Es geht nicht an, die Gesetze ihres mechanischen Geschehens auf das Weltganze zu übertragen, das sich in jenem eben nicht erschöpft; denn es dient der göttlichen Idee nur als Mittel, um daran ihren ideellen Gehalt auszubilden.

Das Grund-Dogma dieses Glaubens ruht auf der ewig aufsteigenden Entwicklungstendenz des Ganzen: In ihm

---

[1]) Vgl. Dr. F. Fröhlich, Das Gesetz von der Erhaltung der Kraft und der Geist des Christentums. Die stetig steigende natürliche Umwertung aller Werte im Willen zur höheren Einheit. Leipzig, Dietrichsche Verlag. 1903.

geht das mechanistische Erhaltungsprinzip unter, mit dem allein niemand ein Weltbild in diesem allumfassenden Sinne zu erklären vermag.

In der Substanz schlummern unendliche Möglichkeiten und Fähigkeiten. In ihren Kombinationen wachen sie auf zur Lebensbetätigung, und durch neue, immer verwickeltere Vereinigungen steigern sich die Fähigkeiten, die Werte, ins Unermeßliche. — In winzigen Körperchen sind alte Leistungen aufgespeichert die sich der Rechnung entziehen und — entzogen haben, als wir sie aufstellten.

Wohl ist Kraft und Stoff an sich unzerstörbar und ewig. Nicht fortnehmen kann ich etwas davon noch hinzutun. Aber anders werden kann er, anders bis zur Unkenntlichkeit; denn die Substanz kann Kräfte verschlucken und wieder von sich geben, die wir nicht ahnen, ob sie schon größer sind als all die Posten unserer Rechnung, die wir zu kennen glauben.

Sie meinen, das wären nur menschlicher Irrtum und Unvollkommenheiten in der Beobachtung, welche an dem Prinzip an sich nichts zu ändern vermögen? Gut, stoffliche Verbindungen haben im mechanischen Sinne Kräfte in sich aufgespeichert, die sie erst irgendwoher entnahmen. Wer sagt Ihnen aber, daß die Summe der Gesamtwerte dadurch wo anders um genau so viel abgenommen hat? — Durch Kombination kann etwas mehr wert geworden sein, als es das einfache Additionsexempel ergibt. 2 mal 2 bleibt immer 4, sagen Sie? — Ja, ich aber behaupte, 2 mal 2 ist mehr als 4, unter Umständen sogar sehr viel mehr. 2 und 2 mag meinetwegen 4 sein, denn wenn Sie da drüben arbeiten und ich hier, so ist unsere Gesamtleistung eben gleich der Summe unserer Einzelleistungen. Wenn wir uns aber zusammentun, Hand in Hand geben, uns kombinieren zu etwas Neuem, zu einer höheren Einheit, dann ist unsere Arbeitsleistung bedeutend größer und eventuell von höherer Art als es die Summe unserer Einzelleistungen war — und vielleicht sogar bei geringerem Kraftaufwand.

„Vereintes Streben nach gleichem Ziel,
Macht Kleines zu Großem, und wenig zu viel.“

Kombinationseffekte — das ist das Kunststück, um vorwärts zu kommen, gleichviel ob man sich zu chemischen Verbindungen zusammentut, die Felsen sprengen, so harmlos auch vorher die einzelnen Komponenten waren — oder ob man Warenhäuser baut und Kompagniegeschäfte gründet.

Und dann wägen Sie mir, bitte, den Wirklichkeitswert eines Gedankens, einer Idee, die Völker bewegt und dem Geschick der Erde auf Jahrhunderte hinaus seine Richtung vorschreibt.

Nein, ich sage Ihnen, die Welt ist ein aus sich Wachsendes, und die Gesetze dieses Wachsens haben wir mit dem Gesetz der Mechanik, dem Gesetz der unveränderlichen Summe aller Kräfte und Stoffe, nicht erschöpft. Das Weltall in dieser Form war einmal nur eine Möglichkeit — jetzt ist es eine Entwickelungsphase — und sie wird eine Zukunft haben, in der durch immer neue und feinere Differenzierungen und Kombinationen Lebensformen entstehen, welche im biologischen Sinne das Gesetz der steigenden Werte aufs trefflichste erweisen werden.

Lassen Sie meinetwegen die Summe der Stoffe und Kräfte gleich bleiben, auf Fähigkeiten und Wirkungen kommt es an — und die wachsen! —

Tausend Mark sind in der Hand eines Rothschild mehr wert als in meiner, auch wenn tausend Mark deshalb auch immer tausend Mark bleiben werden. Aber auf die Dividende kommt es an, nicht auf die Höhe des Aktienkapitals, welches am Schöpfungstage für dieses Weltall eingezahlt wurde.

Der naturwissenschaftliche Materialismus hat im Laboratorium seine Berechtigung, aber im Weltall ist die Idee die treibende Kraft, der Grund und der Inhalt — die Materie und ihre dynamischen Erscheinungen bleiben ewig nur Mittel zum Zweck, und nichts weiter! —



XIII. Vom Aufstieg und Niedergang in der Entwicklung, und von der „aktiven Resignation" im großen.

„Doktor, Sie machen sich die Sache zu bequem. Sie sind ein unverbesserlicher Optimist und wollen bloß das Gute und Schöne in der Welt sehen. Wenn Ihnen etwas nicht gefällt, flugs legen Sie der Sache einen „Sinn" unter und täuschen sich damit über Abgründe hinweg.

Ihr ganzes Entwicklungsstreben in dem Weltgeschehen mit seinem Trieb nach oben hilft mir über das brutale Schicksal von Völkern und Rassen nicht hinweg. Sie sehen überall Aufstieg und übersehen den Niedergang, die offenbare Entartung. Und wenn der Erde Schlünde sich auftun und die Mutter ihre eigenen Kinder zu Tausenden erstickt mit ihrem glühenden giftigen Atem und sie unter ihren Lavaströmen begräbt — ist das auch etwa die Bahn zu höheren, reineren Lebensformen?" — —

Ich sehe da keinen Widerspruch in meinen Anschauungen — nur Ihre Kurzsichtigkeit sehe ich. Wenn Sie die riesenhaften Geschicke ganzer Zeiten begreifen wollen, auch im Kleinsten, dann bedarf es eben auch riesenhafter Gesichtspunkte dazu.

Fassen Sie nur vor allem das Ganze, so weit Sie es zu überblicken vermögen, als ein Ganzes, als einen zusammenhängenden Lebensprozeß auf. Ihnen dünken Ihr Einzelleben, das Volk, die Menschheit noch zu hoch. Ihre wahre Bedeutung gewinnen sie erst durch ihre Rolle im Geschehen des Alls, und diese Rolle ist für den einzelnen recht klein, so groß sie auch für uns erscheinen mag. Darüber las ich kürzlich ein schönes,

anschauliches Gleichnis vom Wald und seinen Blättern, mit dem will ich Ihre Frage beantworten[1]).

Sie sprachen von Entartung und Niedergang ganzer Völker. — Stolze, große Kulturen blühen nicht nur auf, sie sinken auch zu Boden und verfaulen und vergehen. Von vielen wissen wir es, aber Tausende von Völkern sanken dahin, von denen wir es nicht einmal ahnen. Die Natur strebt danach, sich auf der Erde in den Gehirnen ein Organ des Bewußtseins, des Selbstbewußtseins zu schaffen, und schließlich ein sittliches Organ. Das ist viel! Tausender von Anläufen bedarf es dazu. Tausende von Wellen — eine nach der anderen — sinken wieder zurück in das brandende Meer des Lebens. Aber eine wogt immer ein Stückchen weiter über die vorhergehende hinaus dem Ziele entgegen, das sich ihr aus dem inneren Drange gestaltete.

Blicken Sie dort auf die waldigen Hügel: alter Waldboden, gedüngt mit dem Blätterfall von Jahrhunderten. In jedem Herbst rieseln Milliarden von Blättern zu Boden — dort faulen sie, und daraus wächst dann dem Walde die Kraft, die ragenden Stämme, der breite, schattige Bau; denn Wald sollte wachsen, nicht Blätter. — Und auch der Wald wird vergehen, wenn seine Aufgabe erfüllt ist, um einem anderen Gebilde und neuen Aufgaben zu weichen. Sie jammern um Blätter, weil sie faulen — was sage ich, um jedes einzelne Blättchen weint der Mensch, das zur Erde hinsinkt, wenn sein Schicksal erfüllt ist. Ich kann den Jammer nicht teilen. Was ist denn da groß geschehen? Ein Stückchen Substanz war in warm pulsendem Leben auf eine höhere Stufe gehoben worden. Was es dabei erreicht, geht nie verloren. Mag es danach doch verfallen und verfaulen; seinen einzelnen Atomen bleibt das einmal Erreichte funktionell als Besitz in Ewigkeit.

---

[1]) Willy Pastor, „Lebensgeschichte der Erde“, verlegt bei Eugen Diederichs. Leipzig 1903.

Nicht um den Erfolg im einzelnen ist es der Natur zu tun, sondern um das Schaffen von neuen und höheren Fähigkeiten, und zwar im Großen und im Ganzen. Was solch ein Teilchen Substanz einmal gelernt, das bleibt als Fähigkeit in ihm liegen, bis in neuen Kombinationen die früher erworbene zu weiterer, höherer Entwicklung gelangt.

Auch das ist eine Art Vererbung, eine Fortsetzung des Lebens in tausend Umwandlungsprozessen; nicht bloß die Fortpflanzung von Individuum zu Individuum dürfen wir so nennen. Auch jedes Atom ist solch ein Individuum, und auch wir gelten mit all unserer Individualität nur als Atome von größeren Einheiten.

Diese Vererbungsfähigkeit von durch Lebensarbeit erworbenen Funktionstüchtigkeiten stellt eine allgemeine Grundeigenschaft aller Dinge dar. Sie besteht in einer Art Gedächtnis[1], ohne welches ich mir die stete Wiederholung früherer Lebensformen im Weiterschreiten der Entwicklungsvorgänge nicht vorzustellen vermag. So allein ist Vererbung möglich und Fortschritt.

Kommt also ein Atom-Individuum irgend einer Art — von einfacher oder zusammengesetzter Natur — in eine Lage, in der es früher schon einmal in ähnlicher Weise gelebt, so findet es sich schneller darin zurecht und wird höhere Fähigkeiten entwickeln, als das erste Mal. Es hat das alles in der Schule des Lebens schon einmal gehabt, und bei der Wiederholung geht es nun leichter und besser — kraft des Gedächtnisses — kraft einer immanenten Eigenschaft aller Dinge, einmal Erlebtes als funktionelle Fähigkeit festzuhalten.

Die Substanzen der faulenden Blätter am Waldboden werden in künftigen Lebensformen bessere, weil kenntnisreichere Arbeiter darstellen, in welchen Kombinationen sie auch

---

[1]) Über das Gedächtnis als eine allgemeine Funktion der organisierten Materie, Ed. Hering. Gerolds Verlag in Wien. 1876.

aufs neue zu organisiertem Leben herangezogen werden. Ein Kohlenstoff-Atom, das in unserem Gehirn eine zeitlang Bestandteil einer Ganglienzelle war, ist nicht mehr dasselbe Kohlenstoff-Atom, das es vorher gewesen. Seine Funktionstüchtigkeiten haben sich gemäß der in ihnen liegenden latenten Möglichkeiten vermehrt.

Der Fortschritt mag für unsere Begriffe winzig und unmerklich sein. Aber die Natur hat mehr Zeit als der Mensch.

Als Kind habe ich manchen Sommer am Meeresstrande verspielt. Wie ich nun vor einigen Jahren die Stätte aufsuchte, von der aus ich so oft den glutroten Sonnenball ins Meer versinken gesehen, da kam mir der Strand so schmal vor, und die Fischer bestätigten mir, daß das Meer in den dreißig Jahren volle sechs Meter der Küste abgerungen habe. Und ich stand am Ufer und schaute, wie Woge auf Woge daher kam und wieder zurücksank, aber den Fortschritt sah ich bei keiner. —

Was sind die drei- oder sechstausend Jahre kulturgeschichtlicher Entwicklung, die wir kennen. Sie meinen, ihre Leistungen wären gering? — Aber die Natur hat ja Zeit; die ganze Ewigkeit gehört ihrem rastlosen Fortschreiten, und die Beobachtung lehrt es uns, daß alles Fortschreiten sich aus winzigen Schritten zusammensetzt — so wie der Mathematiker lehrt, daß eine Linie aus unzähligen Punkten bestehe.

Zur Beurteilung der Bedeutungen und Beziehungen der Dinge muß man einen großen Abstand von ihnen gewinnen, erst dann kann man ihre Dominanten erkennen[1]). Nicht als ob unser Urteil dadurch weniger subjektiv würde — es bleibt immer nur die Projektion unseres eigenen Vorstellungsinhaltes in die Welt der Dinge. Aber je höher gelegen der Ort des Beschauers, je überragender sein Standpunkt, desto größer ist doch auch der tatsächliche Gesichtskreis, und unser

[1]) Vgl. auch S. 27.

Urteil, so subjektiv es auch bleibt, gewinnt doch ein gut Teil an Sachlichkeit, weil es dann auf vollständigerer Erkenntnis beruht.

Die Unvollständigkeit der Wahrnehmungswerkzeuge ist es ja in erster Linie, welche unsere Anschauungen trotz allen ehrlichen Ringens falsch bleiben läßt. Aber, wie dem auch sei — zur Zeit erscheint unserem Erkenntnisstandpunkt eine gewisse Verneinung des Wertes der Lebensformen im einzelnen als eine tatsächlich berechtigte Anschauung und statt dessen ihre Bewertung im Rahmen größerer, zusammenfassenderer Einheiten wichtig. Da erst liegen die Wege zutage, welche die Natur wandelt, von innerer Zweckmäßigkeit getrieben. —

Was wollen Sie dabei mit der Bedeutung des einzelnen Individuums — oder selbst eines Volkes? — Was hat das für das Ganze für einen Wert? — Die Erde ist eine viel tausendfache Millionärin; was macht es ihr aus, wenn ihr irgendwo bei der harten Arbeit ihres Lebens ein Vulkan ein Loch in die Tasche reißt und sie verliert daraus wirklich ein paar tausend Menschlein. Sie hat es eben dazu übrig!

Du lieber Gott, Sie schneiden sich die Nägel und kämmen sich die Haare vom Haupt, und tagtäglich stoßen Sie hunderte von Zellindividuen aus Ihrem Körper hinaus, deren Pflichtkreis für diesmal erschöpft ist. Begreifen Sie doch nur die tragische Komik, die von unseren höheren Gesichtspunkten aus in der Vorstellung läge, daß eine Ihrer Leberzellen darum jammern wollte. — Und der Krieg? — und die Schlachten der Völker? — Dann würde die arme Leberzelle jammern, weil damals, als Sie den Abszeß am Arm hatten, so viele tapfere Blutkörperchen, die Leukozyten, drauf gehen mußten. Sie fielen auf dem Felde der Ehre, um Ihr Blut von dem eingedrungenen Feinde zu befreien. Aber es waren doch so nette Kerlchen darunter, die besten und tüchtigsten mit, die Sie besaßen! —

Nein, Grausamkeit kann ich da nicht erblicken; nur die grenzenlose Kurzsichtigkeit und die winzigen Gesichtspunkte Ihres Urteils. Von höherer Warte aus werden Sie dagegen in all dem scheinbaren Niedergang nur den machtvollsten Antrieb zu neuem und reicherem Wachstum erblicken können. Wohl tritt die Flut des Fortschritts einmal weit zurück, aber nur um tief aufzuatmen, gleichsam wie um auszuholen, damit die nächste Woge um so gewaltiger daherbrause. Was sie niederreißt im jauchzenden Vorwärtsstürmen — weg damit! — weiter, nur weiter — sie reißt es ja mit sich, und im nächsten Augenblick — den Jahrtausenden des Weltalls — ist es ja zu um so reicherem Dasein aufs neue erstanden.

Es sei schade um das schon Erreichte? — Nicht doch — es geht ja nur scheinbar verloren. Eingestampft wird es in die große, gärende Kelter des Ganzen — kostbarer Dung wird es weiterem Leben — unvernichtbare Triebkraft! — Unsterblichkeit! — wenn auch unter Aufopferung persönlichen Daseins im kleinen. —

Darein ergeben Sie sich. Ihre Resignation muß ins große gehen, sonst kommt wohl ein ruhiger Gleichmut heraus, aber noch nicht jenes gläubige „sich tragen lassen“ von des größeren Geschehens Wogen, das dazu führt, daß wir mit freudigem Tun uns in Übereinstimmung setzen mit der Bewegung, die unser Lebensschifflein trägt.

Und es hat auch so gar keinen rechten Sinn, dieses Ringen und Streben nach dem, was dem eigenen kurzsichtigen Verstande begehrenswert und gut dünkt. Still lächelnd trägt uns die Woge des Schicksals ja doch dorthin, wohin sie will. Es kommt doch immer ganz anders, als man dachte. Wir müssen lernen, uns von ihr tragen zu lassen und nicht immer alles anders haben zu wollen, als wie es von selbst zur Gestaltung drängt. Wir sehnen uns nach Befriedigung und suchen sie im einzelnen Erfolge. Wie sollen wir dabei zum ersehnten Ziele gelangen!

Darum müssen wir, um Frieden zu finden, unser selbstisches Tun aufgeben und alles mehr mit uns einfach „geschehen lassen, wie Gott will." Und auch mit unserer Kritik diesem Geschehen gegenüber dürften wir ruhig etwas zurückhaltender sein. Unsere Gesichtspunkte sind im allgemeinen wenig dazu geeignet, den Nagel dabei auf den Kopf zu treffen.

XIV. Vom Wert der Persönlichkeit und vom Inhalt des Jenseits.

„Auf der einen Seite schätzen Sie die Individualität so hoch, und jede Reaktion ist Ihnen eine persönliche Tat; aber nun vernichten Sie ja eigentlich mit dieser Darstellung der allgemeinen Wertlosigkeit des Individuellen Ihre ganze Auffassung von der Persönlichkeit. Was bleibt denn davon noch für das Jenseits übrig?" —

Was davon übrig bleibt? — das bewußte Aufgeben in den ewigen Aufgaben des Lebens — und das ist ein ewiges Diesseits!

Ist Ihnen das nicht Unsterblichkeit genug? — wachsen und wachsen und immer höher reifen, bald so — bald so? — Ich finde das so berauschend schön, daß mir persönlich jede Sehnsucht nach einem Jenseits fehlt, in welchem der Zusammenhalt oder die Grenzen meiner jetzigen seelischen Persönlichkeit gewahrt bleiben sollten. Damit würde ich mir den ganzen Reichtum der Entwicklungsmöglichkeiten abgeschnitten sehen. In immer neuen Formen will das Göttliche

in mir leben und streben und genießen, in immer tieferer Weise zum Bewußtsein kommen und dieses Werden auskosten.

Fühlen Sie nicht, daß das heilige Wonnen sind? — Was schert mich da diese kleine Summe ererbter Eigenschaften, die für eine winzige Spanne Zeit durch das lockere Band der „Persönlichkeit" zusammengehalten werden! — Neue und immer neue Persönlichkeiten will ich durchleben und immer neue Zusammenstellungen von Eigenheiten. So will ich aufgehen in dem gewaltigen Schöpfergedanken — aufgehen, um mich immer aufs neue in ihm zu verjüngen und wiederzufinden. — Das nenne ich Unsterblichkeit. —

Nein, in dem Sinne, wie Sie es meinten, ist mir die Persönlichkeit nichts. „„Das „Ich" ist nichts — damit muß man sich durchdringen. Ein ewig Gesetzliches vollzieht sich, weiter nichts, und dieser Vollzug, auch wenn er „Tod" heißt, darf uns nicht schrecken. In das Gesetzliche sich ruhig schicken, das macht den sittlichen Menschen und hebt ihn."" (Th. Fontane.)

Philosophie und Dichtung berühren sich hier eng. Auch der Glaube an die persönliche Unsterblichkeit ist für mich solch eine schöne Dichtung, die ich übrigens nie wagen würde, in irgend einem Herzen anzutasten, für das sie Wert besitzt; denn vor dem Glauben anderer sollen wir heilige Scheu hegen. Aber da Sie mich fragten, so will ich Ihnen offen bekennen, daß dieser Gedanke für meine Anschauung und für mein Handeln jenen Wert nicht besitzt. Aber auch bei meiner Denkweise fühle ich mich wie von einem Rausche getragen und genau so beglückt, wie der von seiner persönlichen Unsterblichkeit Überzeugte in seiner Art.

„Doktor, das haben Ihnen die alten Inder angetan! — Das ist ja die reinste Seelenwanderung, was Sie da predigen!"

Doch wohl kaum — so schön und voll höchster Poesie grade altindische Weisheit sonst auch ist. Die Lehre von der Seelenwanderung hält ja an der persönlich begrenzten

Seele fest. Die Vorstellungen von der Reïnkarnation dagegen haben allerdings eine Deutung erfahren, welche meiner Anschauungsweise schon näher kommt. Nur klebt diesen Begriffen immer ein Rest von dem an, was der Inder so prachtvoll den Selbstwahn nennt. Denn ehe dort das Seelische in der Gottheit, im Nirvana, völlig aufgeht, bleibt es auch selbst in jener Lehre für mein Denken noch zu kompakt. Wer im Jenseits als dieselbe seelische Persönlichkeit fortleben will, die er hier gewesen, der beansprucht damit für sich etwas, was sich nicht aus den sittlichen Entwicklungszielen des Ganzen ableiten läßt. Das mag auch jenen Mangel an innerer Notwendigkeit bedingen, der Viele dem Jenseits gegenüber so wunschlos dastehen läßt, während es doch der Mehrzahl als eine Unmöglichkeit erscheint, mit dem Kern ihres Wesens unmittelbar in der Unendlichkeit der Gottheit aufgehen zu sollen. Da schieben sie denn ein Zwischenreich ein, für welches sie sich die Fortdauer einer bestimmten Individualseele retten möchten.

Für mein Denken und Empfinden bedeutet die seelische Persönlichkeit, wie ich sagte, nur das Band, welches diese Summe ererbter Werte zu einem „persönlichen" Leben vorübergehend zusammengefaßt hält. Und diese so verschiedenartig und widersprechend zusammengesetzte Summe seelischer Eigenheiten ist noch dazu biologisch nicht einmal scharf begrenzt; denn sie stellt mindestens nach rückwärts hin doch nur die unmittelbare Fortsetzung elterlicher Lebensvorgänge dar.

Aber die Eigenschaften, die wir so mitbekommen, haben wir durch unser persönliches Leben um eine Summe von Fähigkeiten vermehrt, und das sind für mich die eigentlichen Wirklichkeiten, für welche ich die Ewigkeitswerte einer Unsterblichkeit in Anspruch nehme: „Was wirklich ist, lebt ewig" (Bhagavad Gita) — und das sind zudem Wirklichkeiten, für die ich auch den Anspruch einer persönlichen Urheberschaft erhebe, denn sie waren vor mir nicht da und werden nach mir in Ewigkeit sein! Das

ist das „Ich", das von uns übrig bleibt — kein schäbiger Rest, wie Sie vielleicht zunächst noch wähnen, sondern die Hauptsache in jedem einzelnen von uns.

Selbst Gedanken und Empfindungen muß ich diesen Wirklichkeitswert zuerkennen. Sie stellen für mich real seiende Erregungswellen im All dar, die ihren Bewegungsinhalt wohl umsetzen, aber nie verlieren können. In diesem Sinne kann ich auch sagen, ich sei die Summe von dem, was ich im Leben gedacht, gefühlt und getan habe. Das wäre dann der göttliche Inhalt meines „wahren Selbstes" im Sinne der alten Inder — aber völlig befreit vom „Selbstwahn".

Die ganze Neurasthenie besteht eigentlich in „Selbstwahn". Sie müssen die Gita[1]) lesen, um diesen Begriff in seiner ganzen Tiefe zu erfassen, dann wird Ihnen klar werden, was aktive Resignation, was die Ruhe des Darüberstehens heißt und vermag.

Der Inder sagt, diese Welt der Erscheinungen ist eigentlich nicht, denn sie drückt nicht das wahre innerste Wesen der Dinge aus, das „wahre Selbst", welches den vorübergehenden Erscheinungen der Sinnenwelt gegenüber das eigentlich Seiende ist. Wir kleben am Äußeren. In uns, im Reich des Seelischen und der Ideale, da liegen unsere wahren Werte. O daß doch jeder Neurastheniker das einsähe! — Wie viel gilt ihm Umgebung und Außenwelt und Verhältnisse! Alles bezieht er auf sich. Er wünscht und wünscht und verlangt und beansprucht — und immer nur für sich, für sich — und unbefriedigt, ewig enttäuscht irrt er umher, bis er den Wahn aufgeben lernt, daß in dieser Welt der Äußerlichkeiten sein Wesen begründet liege, und bis er sich auf sein wahres Selbst besinnt.

Hören Sie den Spruch eines alten Weisen: „Was du bist, das bist du nicht, sondern was du nicht bist, das

[1]) Die Bhagavad Gita oder das hohe Lied der indischen Veda, in poetischer Form übertragen von Franz Hartmann. Leipzig, Verlag von W. Friedrich.

bist du". — Verstehen Sie? Einmal bezeichnet „bist" das äußerliche Sein, das Leben in der Welt der sinnlichen Erscheinungen und Dinge, und das zweite Mal bezeichnet es das Teilhaben an dem göttlichen Geiste, der die Welt beseelt — das in ihm Leben und in ihm Aufgehen.

Wenn Sie sich übrigens an asiatischer Weisheit berauschen wollen, dann gehen Sie gleich noch weiter nach Osten, zu den Söhnen des Himmels. Versenken Sie sich einmal andachtsvoll in die wunderbaren Lehren, die in dem Begriff des Tao gipfeln[1]). Von einer solchen Tiefe der Auffassung, von solcher Größe und Reinheit des Gottesbegriffes haben wir westlichen Barbaren keine Ahnung. Lesen Sie, und es wird auch Sie überwältigen, wie es vielen geht, die davon gekostet.

Diese Anschauungsweise hat einen wunderbaren Wert für kranke Menschen. Die Ruhe des Weltweisen ist ja so sprüchwörtlich wie die Reizbarkeit des Nervösen, und sie wäre wohl der beste Labetrunk, den wir unseren Nervenkranken kredenzen können — wenn sie ihn nur trinken wollten. Aber der Selbstwahn — der Selbstwahn! — Die Angst um das Klümpchen Staub, um dies liebe Ich, im Diesseits schon so groß — und nun möchte man auch noch fürs Jenseits möglichst viel davon und möglichst lange etwas davon retten, statt sich mit einem Jubelruf von dem Meer göttlicher Lebensfülle aufnehmen zu lassen, aus dem unser Lebensinhalt wie ein Phönix aus der Asche stets aufs neue auftaucht, um teilzunehmen an der Entwicklung der Gottheit selbst. Das ist die Auferstehung und das Leben! —

Aber dazu brauche ich nicht dieselbe Zusammenfassung als Persönlichkeit zu bleiben, die ich für dieses Leben zufällig geworden bin. Was danach kommt, wer will es wissen. Eins nur ist sicher, nie kann es rückwärts gehen — „jamais arrière"! — Und darum laß fallen und vergehen, das Leben ist ewig.

[1]) Wu Wei. Eine Phantasie über Laotses Philosophie. Aus Henry Borel, Weisheit und Schönheit aus China, Hendels Vlg., Halle.

„Dies Leben, das in allen Dingen ist, wohnt im Verborgenen — unzerstörbar ist's, wo es auch wohnet." (Gita.)

Laß dich ruhig tragen auf seinen Wogen und fürchte dich nicht, weder vor den Schicksalen deines persönlichen Daseins, noch vor dem Ende desselben.

Wogende Welle, wolle mich tragen
dorthin, wo lieblich Gestade mir winkt.
Willst du mich aber grausam zerschlagen,
daß meines Lebens Schifflein versinkt, —
jauchzend will ich am Ruder stehen,
stark durch die Stürme steuern den Kahn,
bis er zersplittert an ragender Klippe —
Aufrecht will ich den Tod empfahn!

Unzerstörbar ist, was ich lebte,
was ich geliebt und was ich gehofft —
Wie sich mein Schicksal bunt auch webte,
starke Fäden hielten den Stoff!
Mag es zerstieben in Weltmeers Gewoge,
was ich gewollt, und was ich getan,
bindet mein Sein an unendliche Ziele.
Furchtlos beschreit ich der Ewigkeit Bahn.



XV. Von der Gottheit.

„Den Drang, der die Welt regiert — einen unbewußten nannten Sie ihn?" — —

Einen zunächst unbewußten — ja. Das sagt schon das Wort. Bewußtes Leben bedarf eines Organes zum Bewußtwerden, Drang braucht nicht bewußt zu sein und strebt doch mit schlafwandlerischer Sicherheit seinen Zielen zu. Es liegt etwas in ihm wie eine Sehnsucht, die nach

Bewußtsein ringt, und die schafft sich Organe, die dazu dienen, und als solche sehe ich z. B. die Gehirnbildungen an.

Wer sagt Ihnen, daß es nicht vielleicht der innere Sinn der ganzen irdischen Entwicklungsreihen ist, auf diesem Erdengestirn Bewußtseinsmöglichkeiten zu schaffen?

„Leisem Atem, Ahnung gleich
weilt in allen Weiten Gott,
wartend, daß der Mensch ihn wecke." —
(H. v. Stein.)

Der Mensch, der sich selbst zu einem Gegenstand der Forschung macht und der Erkenntnis — der zu fassen vermag, daß dieser Entwicklungsgedanke in seinem Lebensstrom wirkt — der sein eigenes Wachstum weiß und es wissend genießt, ist er nicht etwas Göttliches von diesem Erkenntnisaugenblicke an, der ihm zeigt, wie er teil nimmt an der Entwicklung der Gottheit selbst! — Der Gottheit? — Ja! denn dieses bewußte Höherwachsen und Emporstreben ist etwas so Köstliches, daß ich mir selbst die Gottheit nicht vorzustellen vermag ohne dies Herrlichste. Was wäre die Gottheit, was wäre das All, wenn es sich nicht auch entwickelte und höher strebte, sondern in ewig starrer Vollendung und Vollkommenheit auf uns herniederblickte und für sich selbst zu Ende wäre mit seiner Weisheit!

Nie habe ich den Erfolg zu schätzen gewußt. — Der Kampf und das Ringen um ihn, das war's, was mich lockte, und was uns Seligkeit schafft. Ein Ziel, das ich erreichen kann, ohne daß es sich mir dabei nur als die Hülle weiterer und höherer Aufgaben entpuppt, das muß mich ernüchtern, und als wertlos lasse ich liegen, wonach so heiß ich gestrebt.

Darum schätze ich den Kampf höher als Sieg, und Wachsen mehr denn Vollendung.

Und so däucht mir mit all seinem Geschehen das Weltall nur als ein Mittel, durch welches und in welchem der

göttliche Schöpfergedanke sich emporringt zu jenen immer höheren und bewußteren Daseinsformen, von denen ich als von dem nächsten, uns erkennbaren Ziele der Welt sprach. So ist das All von der Gottheit bis ins kleinste völlig durchdrungen und erfüllt, und die Welt der sinnlichen Erscheinungen und Dinge ist nur wie ein Gewand, welches die Gottheit umkleidet und ihr innerstes Wesen verhüllt und verbirgt für die, die nicht sehen wollen.

„Die Toren wähnen, daß das Offenbare
und Sichtbare das „Selbst" der Dinge sei;
sie kennen das Nichtoffenbare nicht,
das unvergänglich und das Höchste ist."

„Verborgen durch das Blendwerk der Erscheinung,
bin ich – der Geist – nicht jedem offenbar,
und die betörte Welt erkennt mich nicht,
der ich der Ungeborene, Ew'ge bin."
(Bhagavad Gita, VII. Gesang. V. 24–25.)

Übrigens — was heißt schließlich bewußt und unbewußt? Wir messen es an unseren menschlichen Begriffen. Wir leugnen einfach, was wir nicht sehen. So leugneten wir das Seelische und die Anfänge sittlicher Eigenschaften am Tier — wir leugneten nervöse und Empfindungseigenheiten an den Pflanzen — so sind wir geneigt, noch heute das organische Leben an den Kristallbildungen zu leugnen, wie das Leben im Anorganischen überhaupt — Engherzigkeit ist das Ganze.

Freilich, im menschlichen Sinne lebt der Kristall nicht und empfindet auch nicht und ist nicht bewußt; aber die Anfänge von dem allen sind sicher da, wenn auch zunächst nur als allgemeine, noch nicht differenzierte Eigenschaften[1]). Empfindung wie alle anderen Eigenschaften der lebenden Substanz haben eine lange Skala. Weil wir Menschen nur

---

[1]) Das Empfindungsprinzip und die Entstehung des Lebens auf Grund eines einheitlichen Substanzbegriffes von J. G. Vogt. Leipzig, Verlag von Oskar Gottwald.

das als Empfinden zu bezeichnen gewohnt sind, was dort zwischen 85—90 Grad steht, so ist es noch lange nicht berechtigt, Empfindungsqualitäten von 17—20 Grad nicht mehr als solche gelten lassen zu wollen. Streit um Worte!

Im allgemeinen Sinne, nicht nach den engen Grenzen menschlichen Gesichtskreises gemessen, lebt, fühlt und liebt ein Wasserstoff-Atomchen oder ein Kieselstein im Prinzip genau so gut wie wir. Und wenn zwei Dinge sich anziehen oder zwei chemische Moleküle gemäß ihrer Affinitäten und Attraktionskräfte zusammenstürzen in jauchzender Explosion und aus ihrem Zusammensturz ein Drittes und Neues entsteht, das vordem nicht war — wer will mir das Recht streitig machen, wenn ich das Liebe nenne und dem ganzen Geschehen eine Empfindungsqualität unterlege! Beseelt ist alles!

Aber wie gesagt, die Körper, die Welt der Erscheinungen sind nicht die Träger der seelischen Eigenschaften — noch weniger das Seelische gar das Produkt körperlicher Vorgänge. Nein, es ist nur die innere Front dieser Vorgänge, für welche jene nur der äußere Ausdruck sind.

Wenn eines vor dem anderen das Primäre sein sollte, so hieße das die Identität und Einheit des Lebens zerstören. Nur hinter beiden zugleich, Seelisches und Körperliches durchdringend, da liegt der ewige Drang als göttlicher Urgrund, als Sehnsucht nach Sein. „Alle Dinge sind endlich bestimmt und greifbar wirklich; der Drang ist unendlich.“ (H. v. Stein.) Dieses Sehnen ist selbstverständlich ohne menschenähnliches Bewußtsein, ja es war einst selbst ohne seelische Eigenschaften wie es ohne körperliche war. Aber diese Eigenschaften ruhten als latente Möglichkeiten in ihm: „Siehe, im ewigen Sein ist jedes Ding unoffenbar enthalten.“ (Gita.)

Und dieses Sehnen nach Dasein schwoll immer mächtiger an, bis dieser Drang aus seinem ursprünglichen Sehnsuchtsempfinden heraus etwas Substanzielles gebar, zu dem er sich gewissermaßen verdichtete.

Ich muß dem Sehnen an sich also genau so gut eine Wirklichkeit des Seins zusprechen, wie nachher dem Weltall, dessen Mutter es war, oder wie ich es von den Wirklichkeitswerten eines Gedankens gesagt habe. Und diese Realität enthält in sich die Möglichkeit substanzieller Erscheinungsformen, ja sie ist die Summe dieser und aller Weltenmöglichkeiten überhaupt, deren Wesen und Hauptsache sie ewig bleibt, so viel sich jene auch gestalten, entwickeln und verändern mögen. Sie bleibt „der ruhende Pol in der Erscheinungen Flucht", das wahre Selbst altindischer Weisheit. In diesem Sinne verstehe ich Heinrich von Steins Vermächtnis, in dem er schrieb: „Es ist der Drang, der diese Welt erschuf."

Vergessen Sie nicht, daß es Bilder sind, in die ich meine Gedanken kleiden muß, diese von Menschlichem abgeleiteten Ausdrücke für Unfaßbares und Unausdrückliches. Wenn ich glaubte, Ihnen dies Unendliche greifbar wirklich erklären zu können, so dürften wir sicher sein, daß wir damit zu weit hinter der Wahrheit zurückblieben. Der Gott, dem ich mit Menschenbegriffen nahe kommen kann, wäre mir zu klein, ihn Gott zu nennen. „Der Weg, den du beschreiben kannst, ist nicht der Weg" — so lautet diese Wahrheit im Munde des alten Lao-Tse[1]), und auch die Verse zum ersten Gebot der Mosaischen Tafeln haben diesen Sinn: „Du sollst dir kein Bildnis noch Gleichnis machen" — von MIR — denn du kannst es nicht, es überragt dein Begriffsvermögen zu hoch, und wie du mich auch darstellst, es bleibt meiner Wahrheit gegenüber ein Zerrbild — darum laß es.

Doch verfolgen wir das einmal gewählte Bild ruhig weiter. Der Drang verdichtet sich also bis zu sinnlichen Erscheinungsformen. Aber das Substanzielle tritt natürlich ganz allmählich und vielleicht erst nach vielen Übergangsformen in

---

[1]) Gemeint ist damit der Weg zur vollen Erkenntnis der Gottheit und „Weg" bedeutet hier soviel wie die „Gottheit" selbst.

Erscheinung. Schließlich steigert sich der Verdichtungsprozeß so weit, daß das Sehnen ganz in ihm aufgeht, und das Weltall — seine Schöpfung, oder seine Entwicklungsphase — völlig durchdringt und nicht nur die treibende Kraft überhaupt, sondern vor allem auch die richtunggebende Dominante in ihm wird.

Und nun sondern sich mit der immer feineren und höheren Differenzierung der Massen zugleich auch die Naturgesetze als der Ausdruck ihrer gegenseitigen Beziehungen heraus, kraft deren sie den nun *in* ihnen liegenden und überall rastlos vorwärts drängenden Trieben dienen — immer noch *unbewußt* im Sinne unseres *menschlichen* Bewußtseins.

In *uns* erst, im Menschen, erreicht das göttliche Sehnen dieses eine seiner Ziele, das wir von unserem Standpunkt aus so hoch einzuschätzen geneigt sind. Mit Recht empfinden wir die Entwickelung des *sittlichen* Menschen danach als ein „göttliches Gebot"; auch ist sie von all den inneren Zielen, denen wir uns entgegengetrieben fühlen, für uns wohl das höchste.

Ich verlege damit auch die „persönliche" Vorsehung, die mit menschenähnlich ausgestaltetem Bewußtsein die Welt von außen her regieren soll, und die Ziele, bis zu denen sie uns mit bewußter Absicht führen will, in das Innere des Geschehens hinein. — Ich lasse die Welt auch nicht Halt machen, wo ein Zweck *erfüllt* ist, sondern ich lasse sie in Unendlichkeit Zielen entgegen eilen, die stets, vor ihrem Wege ins Unendliche wachsend, neue Ziele aus sich gebären und so eine unendliche Aufwärtsbewegung bewirken, die *ohne* Ende und *ohne* Vollendung ist, ein *ewiges* „Vorwärts". Eine Richtungslinie schaue ich, die in Unendlichkeit fortläuft, ohne zu enden — eine Vorwärtsbewegung, die nie aufhört.

Doch ich lese eine Frage auf Ihren Lippen, die Frage nach der *ersten* bewegenden Ursache. Ich soll Ihnen ant-

worten, wo der Grund zu all diesem liegt, wo die treibende Kraft? — Aber das sagte ich längst: In der Sehnsucht nach höherem Dasein.

Und des Sehnens erster Beginn? — Törichte Frage! Drang kennt nur ein **Ziel**, keinen **Grund**! — Nicht von hinten her wird die Welt getrieben, sondern fortgerissen wird sie auf ihrer Bahn vom Ziele her, ihm entgegen! —

Ich glaube, auch Sie werden sich solcher „Führung" gerne anvertrauen. Wenn Sie als nervöser, leicht gereizter Mensch die Vorsehung allzu persönlich und menschenähnlich nehmen, so kommen Sie gar zu leicht in Versuchung, mit ihr zu grollen, genau so wie Sie sich immer über die schlechte Behandlung und das mangelnde Verständnis Ihrer Vorgesetzten beschwert haben, die doch eigentlich auch nur Ihr Bestes im Auge hatten. Die Geschichte der Religionen auf der Erde hat oft genug gezeigt, wie leicht man sich von seinem Herrgott verlassen wähnte. Man setzte also doch wohl die Möglichkeit eines solchen Verlassenwerdens voraus. Ich glaube, man kann sich im Schoß der Allmutter Natur sicherer aufgehoben fühlen, das Göttliche in ihr kennt keine Ausnahmen für sein Sehnen und Lieben, und fremd ist ihm die kleinliche Willkür, mit der die Völker bei ihren alten Göttern rechneten, und fremd auch der rächende Zorn, vor dem sie erzitterten.

Schließlich, was ich Ihnen da sage, ist ja nur eine Deutung uralter Rätsel der Menschheit, die jeder in seiner Sprache versucht — „warum nicht ich in der meinen?" — Das Johannes-Evangelium und die Gnostiker nannten es Logos — ich nenne es sehnenden Drang. Schopenhauer sagte Wille und Vorstellung; das paßt mir nicht, denn zum Willen gehört für mich die Fülle des Bewußten. Die aber muß das Göttliche sich erst erobern. Wir sind auf Erden erst der

Anfang dazu, und es wird noch viel Mühe kosten, bis alles, was wir heute Substanz nennen, sich bis zu dieser Stufe bewußten Daseins emporgerungen hat. Deshalb steht mir Ed. v. Hartmanns Betonung des „Unbewußten" weit mehr an, weil diese Bezeichnung gerade in wesentlichen Punkten meinem Fühlen am besten entspricht und dem Begriffe des Dranges am nächsten kommt.

Ja, so steckt in jedem von uns ein Stückchen Faust. Der hat sich ja auch redlich gemüht, den „Logos" in seine Sprache zu übersetzen. Wer hätte das übrigens nicht. Schauen Sie her; hier haben Sie die ersten Verse des Johannes-Evangeliums nach meiner Weise übertragen. Sie werden unschwer die entsprechenden Zeilen des Lutherextes erkennen:

Im Anfang war das Sehnen.
Und das Sehnen erfüllte die ganze Gottheit,
und Gott war die Sehnsucht.
So war im Anfang alles Göttliche sehnender Drang.

Gewaltiger wuchs er.
Da ward er zum „Werden",
und als werdende Welt ein Weltall entstand
verkörpertes Sehnen.

Nichts ist im All, das nicht aus Sehnsucht geboren.
Sie ist der Ursprung und Grund
alles Geschehens und Seins.
Der Sinn alles Lebens ist sehnender Drang.

Tief aus verborgenem Dunkel
wirkt unersättlicher Trieb gewaltige Werke,
aufwärts ringend zum Licht,
doch seiner selbst nicht bewußt.

Endlich ward er zum „Menschen“,
— Bewußtsein dämmert —
Und der Gotterkenntnis strahlender Schein
leuchtet dem Weg, den er wandelt.

So ragt mir der Gottesbegriff weit über die engen Grenzen einer sogenannten „Persönlichkeit“ hinaus — ins Grenzenlose. Was sollte mir auch eine Gottheit, die begrenzt ist und nicht der Allumfasser und Allerhalter wäre — der eine ganze Welt noch außer ihm sein und geschehen ließe. Doch was ich sage, bedeutet mehr als einen bloßen Pantheismus. Das Weltall erschöpft sich wohl in der Gottheit, aber die Gottheit erschöpft sich nicht im All, das nur eine unter unzähligen Möglichkeiten in ihr ist. Denn Gottheit ist mehr, als die bloße Summe der Erscheinungen, mehr als ihre Seele — sie ist der Grund, warum das Weltall überhaupt seelische Eigenschaften besitzt — sie ist der Sinn der Welt!

Die Gottheit ist alles; nichts ist, was sie nicht sei. Sie ist die Liebe und das Geliebte, sie ist das Liebende in dem, was liebt. In allem Lebenden ist sie das Leben, in allem Seienden das Seiende. Sie ist kein Ding, doch alle Dinge sind in ihr — ist aller Dinge Grund, ihr Anfang, Sein und Ende. Sie ist das All, die Welt der sinnlich greifbaren Erscheinungen, und auch der ewige Sinn, der hinter diesen Dingen ruht wie der unendliche Raum, in dem die Welten kreisen, die in ihm sind, und die er ganz durchdringt.

So und ähnlich lautet es in den alten Gesängen der Veda, in denen wohl von allen heiligen Schriften die schönsten und herrlichsten Ausdrucksformen gefunden sind, die von der Gottheit Wesen singen und sagen. In ihre ewige Schönheit sich zu versenken, ist wohl manchem müden

Menschen schon zu köstlichem Heiltrank gediehen, zum Lethe, das uns vergessen ließ, was uns leiden machte. So fühlte wohl auch Heinrich von Stein, als er in sein Vermächtnis schrieb:

„Fromme Andacht, auf daß du besonnen werdest, das ist dir, mein Bruder, wie der Pflanze die Blüte und wie die Schönheit dem Meere."

XVI. Vom Menschen und seinen sittlichen Leitbildern.

„Ein Weltbild haben Sie vor mir entrollt, Doktor, das mich wohl über dies Elend des Alltags hinausheben kann. Aber eines fehlt mir noch in ihm — der Mensch, wie Sie ihn sehen.

Wohl gibt es ihrer viele, die so sein möchten, wie Sie ihn schauen. Aber was bedeuten sie gegen die Masse, gegen die Herde stumpfsinniger und genußgieriger Individuen, denen jene große Sehnsucht so fremd ist, von der Ihre ideale Welt vorwärts getrieben wird!" —

Sie tun mir unrecht. Ich sehe den Menschen, wie er ist. Aber ich sehe ihn auch, wie er war, und sehe, daß er ein andrer geworden ist, und daß jede Völkerwelle ein Stückchen weiter brandet und etwas losreißt von dem kalten felsigen Ufer des Materiellen, was sie dann in Fluß bringt und in Bewegung. Eine Kultur löst die andere nicht nur ab, sie flutet auch ein Stückchen über sie hinaus! —

Ich sagte es schon einmal — nicht um den „Erfolg im einzelnen" ist es der Vorwärtsbewegung zu tun, sondern um die Bildung von Fähigkeiten im großen. „Wenn der

Weg nur zum Ziele führt, dann kommt seine Länge nicht in Betracht." (E. Götte.)

Daß wir noch keine Idealmenschen sind, was will das gegen meinen Glauben an den Sieg des Schönen, Edlen und Großen besagen! Entwicklungsphasen stellen wir dar, das heißt also Unvollkommenheiten im Prinzip verglichen mit dem Idealbild, das als Ziel vor uns schwebt.

Aber das wird niemals anders werden. Gesetzt den Fall, einem kommenden Geschlechte würde es gelingen, zu höherer sozialer Güte aufzusteigen und ein beglückenderes Dasein in Liebe und Frieden zu genießen, als uns beschieden ist. — Meinen Sie nicht, daß dann der höheren Stufe längst auch höhere Quellen der Sehnsucht erwachsen sein werden? — Jedes Wachstum wird neue Forderungen, neue Ziele aus sich gebären und Unzufriedenheit eine ewig lebendige Triebkraft bleiben. Die Klage, es gäbe keine Idealmenschen, muß also solange zu Recht bestehen, als es eben Menschen geben wird, und würden sie auch wie die Götter.

Was wir brauchen, das ist nicht die Möglichkeit, im Handumdrehen aus jedem Silurier und Banausen unter uns einen begeisterungsfrohen Idealisten zu bilden, der auch so handelt, wie er fühlt — sondern den Glauben an den Fortschritt, den brauchen wir zunächst. Wir müssen es wissen, daß wir in mühsamer Arbeit ganzer Geschlechter erreichen können, was dem einzelnen nur unvollkommen gelingen will, was aber nicht nur als unnahbares Ideal vor unserer Seele steht, sondern bereits in Erdenwirklichkeit unter uns gelebt hat. Und wenn Sie meinen, diese Marksteine in der Geschichte der Menschheit seien zu selten, um meinen Glauben an die Zukunft des Ganzen zu rechtfertigen, so antworte ich Ihnen, daß Sie nur zu blind seien, sie zu sehen.

Es gibt schlichte Größen genug unter uns, an denen wir uns aufrichten können. Und eine Idealgestalt ist über die

Erde gewandelt, die wir alle kennen, und in der uns gezeigt wurde, was dem Menschen ein mögliches Ziel ist. —

Sie meinen, das sei zu viel gehofft? Dafür stehe unsere gesamte Sittlichkeit zu tief? — Wohl weiß ich, daß das Ziel für heute noch kein mögliches ist, aber „den lieb' ich, der Unmögliches begehrt", denn ihm gehört das Morgen!

Dieses völlige Aufgehen in der sittlichen Güte und Größe, wie es das ganze Leben, wie es in wunderbarer Harmonie jeden Gedanken und jede Tat in Christus durchdrang, das hat vor unseren Augen das göttliche Leitmotiv von Jahrtausenden enthüllt, dem wir mit vollem Bewußtsein „nachfolgen" sollen. Und wir folgen ihm nach, wenn auch mit schwankenden Schritten.

In Christus hat der Gottesgedanke in der Menschheit eine wunderbare Höhe erreicht. Auf dem Wege zu ihr werden wir lernen, immer mehr unseren eigenen törichten und kurzsichtigen Wünschen zu entsagen und uns von den Fesseln eines egoistischen „Selbstwahns" zu befreien.

In vollendeter Selbstlosigkeit werden wir aufhören, stets nur unser äußeres Wohlergehen und das, was nach unserer Meinung uns gut wäre, zu erstreben. Die Gesetzmäßigkeit, die uns vorwärts führt — unbeirrt durch unser Sträuben und Jammern — wird dann keine Fessel und keine Sklaverei mehr für uns bedeuten; denn wir werden aus eigner sittlicher Kraft von selbst so handeln und wollen, wie das Gesetz uns vordem zu unserer Qual zu handeln zwang.

Nicht nur in würdiger Ergebung — das ist nur die Vorbedingung und Grundlage dafür — sondern in ernster, tief empfundener Bejahung werden wir in unserem Wollen und in unseren Trieben eins sein mit dem Sinn der Naturgesetze. Wir werden Frieden geschlossen haben mit ihrem Walten durch die klare Erkenntnis ihrer ewigen Güte und der in ihnen ruhenden Weisheit. Die Schleier

werden von unseren blöden Augen sinken, die das vordem nicht erkennen konnten.

Und aus dem stolzen und bewußten Einordnen in den Gang der Dinge wird sich als etwas Selbstverständliches unser bewußtes sittliches Handeln entwickeln, das sich dann mühelos, wie von selbst, als der unwillkürliche Ausfluß unserer seelischen Verfassung ergibt. Die Bedingtheit unseres Tuns wird uns dann nicht mehr als ein Widerspruch zu unserem Wollen erscheinen, denn dann werden wir nicht mehr anders wollen können, als was wir wollen sollten, um den naturgewollten Zielen unserer Entwicklung näher zu rücken. In diesem Sinne werden wir dann kein Gesetz mehr über uns haben, sondern nur noch in uns — und da wir von selbst tun, was es verlangt, in diesem Sinne frei sein.

Wohl weiß ich, daß noch manche Sturmflut über die Völker der Erde dahinbranden muß, bis wir so Hohem einen merklichen Schritt näher gekommen sein werden. Aber „das Höchste, was du einmal von dir gedacht hast, das ist die Höhe, zu der du immer wieder hinan mußt!" (E. Götte.) Und darum besteht mein Glaube zu Recht, für die ganze Menschheit wie für den einzelnen: Es wird eine Zeit kommen, wo es allen bewußt ist, daß „über allen Tugenden die eine steht, das beständige Streben nach oben, das Ringen mit sich selbst, das unersättliche Verlangen nach größerer Reinheit, Weisheit, Güte und Liebe!" (Göthe.)



Nachwort zum ersten Teil.

Zwei Gedanken trieben mich, auszusprechen, was in mir lebendig war. Helfen wollte ich den vielen, die in dem Kampf um eine Weltanschauung, um einen festen Grund für ihre sittliche Persönlichkeit zu Boden sanken.

Altgewohntes hatte sie nicht mehr zu befriedigen vermocht, Neues, der naturwissenschaftliche Materialismus, zerstörte es ihnen vollends — nahm ihnen mehr, als er gab. Sie mußten sich mit dem Sophismus trösten, daß das Aufgeben einer Unwahrheit gleich dem Gewinn einer positiven Wahrheit sei. Aber sie war kalt, denn ihr fehlte die Gefühlsbetonung.

Ich fand unter meinen nervösen Patienten eine so erschreckend große Anzahl solchermaßen ideell Gestrandeter, daß ich tatsächlich daran denken mußte, grade hier zu helfen; denn das erkannte ich gar wohl, die Kraft, das Leiden zu überwinden, fehlte ihnen darum, weil es ihrer ganzen seelischen Grundlage an positiver Kraft gebrach. Und wie vielen davon gebrach es auch an moralischem Sinn, an sittlichem Gehalt schlechtweg überhaupt. Ein Spielball ihrer Gelüste jagten sie von Genuß zu Genuß, um haltlos immer elender und unbefriedigter zusammenzusinken.

Da sagte ich mir, es sei meine Pflicht als Arzt, die schwachen Triebe solcher Kranken aufzurütteln und zu der Logik, die ihr Vorstellungsleben ins Gleichgewicht bringen sollte, die nötige Menge Idealismus hinzuzufügen; denn Logik ohne starke Gefühlsbetonung schafft es nicht.

Und ich sah Kranke genesen, an denen alle Mühe bisher vergebens gewesen war, und sie wurden jenen Leidenden ähnlich, die voll starken Glaubens ihr Schicksal tragen und nicht murren mit ihrem Herrgott. Ich habe es in mancher Stunde erlebt, wie solcher Arbeit etwas Befreiendes innewohnt, und seitdem weiß ich, daß ich auf rechtem Wege bin.

Mit dem Verstande allein hatte ich anfangs die Psyche meiner Kranken meistern wollen und ein kunstvolles System ausgeklügelt, ihre Vorstellungen dorthin zu leiten, wohin ich sie haben wollte. Aber oft mußte ich sehen, wie wenig das gelang. Irgend ein überraschender Schachzug des Gegners blieb mein Kartenhaus um und machte meine Berechnungen zuschanden.

Aber als ich statt dessen aus natürlichem warmen Empfinden heraus zu sprechen begann, nur von einem eignen Gefühl getrieben, von dem ich mich halb unbewußt beherrschen und führen ließ, da drang ich auch in das Gefühlsleben meiner Kranken ein, und sie wurden Wachs unter meinen Händen. Und wenn mir das so recht glückte, dann war es mir immer, als sei ich nur ein Werkzeug, als spräche ein anderes aus mir heraus oder durch mich hindurch.

Das war ein so starkes Gefühl, daß ich seitdem recht wohl begreife, daß man die schlafwandlerische Sicherheit des Unbewußten in uns, wie es als Tat und Wort und fertiges Arbeitsergebnis so auf einmal zutage leuchtet, ohne psychologische Kenntnisse als eine von außen kommende Offenbarung und Intuition ansehen konnte. Auch mir war dabei oft zumute, als müsse ich hinter mich lauschen, wo ein unsichtbarer Souffleur mir die Worte einblies, wie Siegfried, als er unter dem Schutze des Tarnzaubers König Gunthern die Rätsellösungen Brunhilds zuflüsterte. Aber das Wunder war wohl nicht hinter mir, sondern in mir selbst.

Wenn man aber einem kranken Gemüte Hülfe bringt auf diesem Wege, auf dem gar oft gewaltige Gedanken wie Stürme um unser Haupt brausen, dann ist es ein seltsam beglückendes Gefühl, das Arzt und Kranke verbindet. Und das trieb mich, auf diesen Blättern niederzuschreiben, was mir da und dort auf der Zunge gelegen, damit die starke Ruhe, die mir selbst und dem Kranken aus solchem Denken und Suchen erwuchs, auch auf andere überströmen möchte.

Diese Ruhe ist etwas Positives und Wertvolles, vielleicht das Beste, was der Arzt einem Kranken geben kann. Jedenfalls muß sie die Grundlage für jedes seelische Heilbestreben abgeben, jene große vornehme Ergebung, die ich in meiner ersten Schrift[1]) als „aktive Resignation" bezeichnet habe — die Ruhe, aus der uns allein die sichere Kraft des Handelns erwachsen kann.

Nicht als ob ich mit solcher Gabe den falschen Vorstellungsinhalt eines Kranken unmittelbar zur Norm ummodeln könnte oder wollte, so wie es die Verstandeskritik und die Analyse des fehlerhaften Vorstellungsinhaltes anstrebt. Aber Furchen will ich reißen, tiefe Furchen in das Gemütsleben der Menschen, die zu mir kommen — und Samenkörner will ich darin versenken, daß sie aufgeben und Wurzel schlagen, die überall eindringen bis in die verborgensten Winkel ihres Inneren — und dem zarten Keim soll ein ragender Baum entsprießen, in dessen Schatten man ruhen kann.

Nicht die raschen Erfolge physikalischer und diätetischer Behandlungsweise sollen das Endziel der Therapie der Neurosen sein, sondern darüber hinaus sollen wir unseren Kranken etwas geben, das erst ausreifen muß, um Früchte tragen zu können.

Nicht alles habe ich darum gesagt, was ich zu sagen hätte. Das Tiefste und Schönste in uns läßt sich ja auch kaum aussprechen; das kann nur gefühlt werden. Aber das Letzte und Tiefste darf ich vielleicht auch nicht einmal sagen, denn es muß als die Frucht eigenen Ringens in uns erwachsen, wenn es vollen Wert für uns haben soll. —

Der zweite Grund, warum ich all dies ausspreche, ist ein persönlicher. Ich wollte einmal stille halten und abrechnen.

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 106.

Ich wollte mir Rechenschaft geben, wie weit mein Denken und Fühlen gekommen ist, um daran die Lücken zu erkennen, die Stellen, wo ich weiter bauen und nach besserem Erkennen ringen muß, damit meine Waffen scharf bleiben für den „Kampf um gesunde Nerven", der meines Lebens Arbeit und Zweck darstellt.

Wenn ich dabei auf eigene Entwicklungsgänge zurückblicke, so erkenne ich auf dem Wege ein festes Bollwerk, das ich einst als Jüngling erstürmte, und auf dem ich manches Jahr saß und es mir gut sein ließ. Ich glaubte abgeschlossen zu haben und fertig zu sein. „Darwin und Haeckel" — stand es über der Pforte, und das Ganze nannte sich die Burg des naturwissenschaftlichen Materialismus. Und mir war wohl darin, im festen Besitz all der Dinge, die man wägen und messen konnte und ich schwelgte im Ausbau des stolzen Entwicklungs-Gedankens. Das Schönste aber dabei war, daß die Burgherren selber gar keine Materialisten waren, wenn sie das auch nicht wahr haben wollten.

Aber als ich eines Tages auf der anderen Seite lustwandeln ging, fand ich einen alten Wegweiser, der wies über die Straße hinaus, die ich einst dahergestürmt kam, und ich ging ihm nach und erblickte lachende Gefilde von einer Schönheit, die ich vordem nicht gekannt, und Idealismus nannte der Weiser das Land, auf das er zeigte. Aber es war nicht leicht dahin zu gelangen, harte Mühe hatte ich, aber überreich ward ich belohnt.

Manchen Weg dorthin habe ich seitdem versucht, und auf manchem kam ich ein Stückchen aufwärts, gestützt auf die Großtaten naturwissenschaftlicher Erkenntnis.

Auf dem Wege des Determinismus gelangte ich zur sittlichen Freiheit und zur Erkenntnis der Grundlagen der Verantwortlichkeit. — Auf dem Pfad der inneren Motive bog ich plötzlich um einen Felsenvorsprung, den Egoismus, und dahinter breitete sich das Gefilde des Altruismus aus, das ich für ein Phantasma gehalten hatte. — Meine Persönlichkeit wähnte ich

vernichtet, ein Nichts, und ich lernte sie werten, weil sie wert befunden war, einen Einschlag zu weben in dem Gewande, das der Gottheit lebendiges Kleid heißt, und ich wuchs als Teil so gewaltiger Kräfte. — Das ertötende Einerlei des Gesetzes von der Erhaltung der Kraft befreite sich mir in dem Jubelruf „steigende Werte." Das fühllose All war eine große Seele für mich geworden, und aus dem Empfinden derselben wuchs riesengroß die überwältigende Wahrheit der aufsteigenden Entwicklungstendenz des Ganzen, an der auch ich teil hatte.

So faßte mich eine Welle und trug mich ein Stückchen über die Grenze hinaus, bis zu der mich vor Jahren die Flut getragen, auf der mein Schifflein in jauchzender Jugendlust mit vollen Segeln dahingestürmt war — vom monistischen Materialismus hatte ich mich zum monistischen Idealismus durchgerungen! —

Das ist der zweite Grund, warum ich der Öffentlichkeit preis gebe, was ich sonst als ein Heiliges vor den Blicken der Welt gehütet habe. Aber eine innere Stimme sagt mir, daß es recht war, und daß es Menschen gäbe, die einen Anstoß just in dieser Richtung brauchen und einen Wegweiser dazu. Darum gehorche ich gehorsam dem Drang in meinem Innern und zeige ihnen den Wegweiser, der mich geführt hat. Möchte man seine Worte recht entziffern können:

„Zur Ruhe in der Gottheit!" lautet die Inschrift —
und „zum Frieden durch die Erkenntnis!"
Auf denn, wenn du die Sonne liebst. —
Nimm deinen Stab — du kennst nun dein Ziel:
„Sehne dich, und wandre!"



Zweiter Teil: **Eine kurze Theorie vom Wollen und Können.**

(Die Zielvorstellungen.)

Einleitung.

Im Verlauf meiner Darstellungen der seelischen Ursachen der Nervosität in meinem ersten Buche: „Im Kampf um gesunde Nerven" habe ich mehrfach die falschen Richtungen unseres Wollens, d. h. unserer Zielvorstellungen als die Grundlage nervöser Störungen angeschuldigt, sowie ich auch die falsche gefühlsmäßige Urteilsbildung als eine Quelle des Leides bezeichnet habe. Letztere habe ich durch die Weltanschauung der „aktiven Resignation" oder der Lehre von der richtigen Wertschätzung oder besser „von der berechtigten Geringschätzung der Dinge" zu verstopfen gesucht. Aber auch die erstere Ansicht bedarf noch einer eingehenden psychologischen Untersuchung, um völlig verstanden zu werden.

Ich habe meine Schrift also dahin zu ergänzen, daß ich hier den Beweis zu liefern suche für meine häufig darin wiederkehrende Behauptung, daß das „bewußte Wollen" oft ein Hindernis für das erfolgreiche Geschehen, also für das Können sei, und zu begründen, warum ich die Willensschwäche des Nervösen als eine Triebschwäche bezeichne und sie auch als solche behandelt wissen will.

Die folgenden Darlegungen erfordern der Natur des Gegenstandes gemäß ein tieferes Eingehen auf psychologische Feinheiten, mit denen ich meine vorher erwähnte, mehr allgemein gehaltene Schrift nicht belasten durfte. Aber es wird der Kenntnis jener bedürfen, wenn ich in meinen Absichten ganz verständlich sein soll, oder ich hätte allzuviel des dort Gesagten hier noch einmal wiederholen müssen. Desgleichen setze ich bei meinen Lesern die elementarsten Kenntnisse der Psychologie voraus.

Auf den folgenden Blättern werde ich nun zu erörtern haben: erstens, was das Wollen überhaupt ist, und in welchem Verhältnis es zum Handeln steht. Dann werden wir die führende Rolle der Aufmerksamkeit kennen lernen und ihr Verhältnis zum Wollen. Drittens werden wir die fehlerhaften Richtungen der Zielvorstellungen als die Quelle des Mißlingens nachweisen und daraus die Lehre entwickeln, wie man es besser machen kann. Schließlich werden wir die Folgen des Mißlingens in der Vorstellung des mangelnden Selbstvertrauens kennen lernen und dann auf Grundlage dieser Erkenntnis zeigen, wie das Wollen zum Können zu gestalten sei.

Der Zusammenhang dieser Fragen mit der Nervosität wird dabei nicht so unmittelbar zutage treten, wie im ersten Teil meiner Arbeit. Ich muß deshalb abermals auf meine erwähnte Schrift hinweisen, in welcher die Bedeutung der falschen Richtungen des Wollens, das Schaffen von dauernden Erregungen und Hemmungen, von Angst und Zwangszuständen usw. erläutert ist, und worin die seelischen Abwehrhandlungen als Quelle nervöser Leiden nachgewiesen wurden.

Ich habe auch im folgenden die Darstellungsform des ersten Teiles beibehalten, um dem trockenen Stoff eine etwas größere Genießbarkeit zu geben — zudem, weil es die Form ist, in welcher meine Kranken gewöhnt sind, meine Anschau-

ungen kennen zu lernen, und weil mir der lebendige Kontakt mit ihnen mehr wert iſt als Äußerlichkeiten.



I. Vom Wollen und Handeln.

„Doktor, ich habe immer ganz naiv von meinem Willen geredet und habe mir auch wohl etwas ganz Beſtimmtes dabei gedacht, aber, nachdem ich Ihr Buch geleſen habe, iſt mir der alte Begriff meines „perſönlichen Willens“ verloren gegangen, und jetzt weiß ich nicht mehr, was das eigentlich für ein Ding iſt, dieſer Wille!“ — —

Wollen — nicht Wille, mein Lieber. Der Wille und das Bewußtſein, das ſind abſtrakte Begriffe, die können nicht ſein. Was das Wollen iſt, das kann ich Ihnen wohl ſagen, auch worin das Bewußtwerden beſteht. Aber ein „Wille“ und ein „Bewußtſein“ als Realitäten, das ſind Vorſtellungen, welche ſich nur durch falſche ſprachliche Anwendung ſolcher abſtrakter Begriffe bilden können. Die Sprachgewohnheit, dieſe Begriffe als handelnde Subjekte auftreten zu laſſen, verleitet unwillkürlich zu den Trugſchlüſſen, daß ihnen eine Art perſönlicher Selbſtändigkeit zukäme, und wir vergeſſen dann leicht, daß wir es nur mit Abſtrakten zu tun haben[1]).

Alſo, was das Wollen bedeutet? — Im Sprachgebrauch dreierlei. Einmal bezeichnen wir mit Wollen das Gefühl, welches wir beim Entſchlußfaſſen haben, das Gefühl, welches normaler Weiſe das Auftauchen der zum Handeln führenden Motivierung begleitet. Es umfaßt dann gewiſſer-

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . uſw.“ S. 129.

maßen die Summe meiner Triebvorstellungen. Zweitens aber begleitet dieses Gefühl auch jede einzelne Triebvorstellung, welche diese Summe zusammensetzt, jeden einzelnen meiner Wünsche, der sich im Widerstreit der Motive für und gegen geltend macht. Und die dritte Begriffsbestimmung wäre dann noch der freie Wille im Sinne der bürgerlichen Moral.

Sehen wir uns jede einzelne Bedeutung genauer an, damit wir sie auseinander zu halten wissen. Anderenfalls ist eine Verständigung über die Willensprobleme schwer zu erzielen.

Zunächst müssen Sie sich für die erste Bedeutung klar machen, daß das Wollen hier nicht wie im zweiten Falle der Ablauf eines Vorganges, also eine Art innerer Handlung, sondern nur ein einzelner Punkt darin ist. Es ist die Konstatierung einer Tatsache, eines Zustandes. Es ist die Feststellung des Inhalts meiner augenblicklich herrschenden Zielvorstellung. Es ist die gefühlsmäßige Begleiterscheinung desjenigen Augenblickes, wo eine Reihe von Vorgängen — der Widerstreit der Motive — abschließt, und wo eine neue Reihe von Vorgängen — das Handeln selbst — beginnt. Wir sprechen vom „Wollen" in diesem Sinne erst in dem Augenblick, in dem uns bewußt wird, welcher der treibenden Vorstellungen wir als der stärksten folgen werden.

Dem Wollen in dieser Bedeutung wird niemand irgend einen Einfluß auf den Ablauf oder die Richtung der Handlung zutrauen[1]), die lediglich von den Triebvorstellungen abhängt, die vor dem Punkte „Wollen" liegen.

Ganz anders gestaltet sich das Verhältnis bei der zweiten Begriffsbestimmung des Wollens, welche auf jedes einzelne unserer Beweggründe paßt und nur ein anderer Aus-

[1]) oder doch nur insofern, als dies „Gefühl des Wollens" zu einem Bestandteil unseres Vorstellungsinhaltes wird und damit die Fähigkeit erlangt, gelegentlich selbst als Motiv herangezogen zu werden, d. h. die Qualität einer Zielvorstellung zu erlangen.

druck für Zielvorstellung schlechtweg ist. Denn in dem Begriff Wollen liegt nämlich auch der Begriff der „Absichtlichkeit" unseres Tuns, und gelegentlich können wir auch „wünschen" statt wollen sagen. Was ist aber eine Zielvorstellung anderes, als die Vorstellung vom Gegenstand unserer Absicht oder unseres Wunsches, zu dem wir uns hingetrieben fühlen.

Als Trieb- oder Zielvorstellung nimmt das Wollen also teil an dem Widerstreit der Motive um den Vorrang, an dem sogen. Akt des Wählens. Und da dieser Vorgang aus den Widerstreit widersprechender Wünsche besteht, so haben wir dann nicht nur einen Willen, sondern viele.

Um nun dem Begriff näher zu kommen, den Sie bisher vom „Willen" besessen haben, müssen wir nun aus dieser Menge von Wünschen diejenigen herausheben, welche gewohnheitsmäßig die herrschenden bleiben und den einzuschlagenden Weg zu bestimmen pflegen.

Daraus läßt sich dann eine allgemeine Richtung unserer Wünsche als die vorherrschende ableiten, und wenn diese nicht den niederen Trieben sondern vorwiegend Absichten entspricht, welche einer höheren Einsicht entstammen, so kann diese kleine Summe von Willensregungen als jener Teil der Motive abgegrenzt werden, welchen wir Seite 44 als „sittlich freie" Motive bezeichnet hatten.

Aber wie gesagt, von dem, was wir Wollen nennen, ist das nur ein kleiner Teil, den wir unter dem Untertitel des „besseren" Wollens zusammenfassen können, eines Wollens aus einer besseren Überzeugung, gegen welche zu handeln uns „Sünde" bedeutet[1]. Aber von einem „persönlichen Willen" im Sinne der unbedingten Wahlfreiheit, wie man ihn sonst lehrt, dürfen wir auch dann noch nicht reden, sondern höchstens von einer vorherrschenden Richtung unseres Vorstellungs- und Trieblebens.

---

[1]) Vgl. auch S. 58.

Die „Willensfreiheit" im Sinne unseres Strafgesetzbuches und der bürgerlichen Moral ist nun noch etwas anderes. Sie besteht dann, wenn uns nichts hindert, unseren gesamten Vorstellungsinhalt in vollem Maße zur Motivierung, zur Gestaltung der Handlung heranzuziehen. Geistige Störungen und Rausch lassen zwar noch Überlegungen zu, aber nicht die vollwertige Verarbeitung aller der Vorstellungen, die in anderen, ungestörten Zuständen verfügbar waren.

Sehen wir nun näher zu, woraus die Triebvorstellungen bestehen und was das Handeln ist. Jede Handlung ist, wie wir bereits wissen, von nervösen Impulsen abhängig, ohne die sie nicht erfolgen würde.

Zu jeder Handlung gehören nun mindestens zwei Arten solcher Impulse, aus deren gegenseitiger Betätigung sich der abgemessene, geordnete Ablauf ergibt: der Antrieb und der Hemmungstrieb — der eine treibt vorwärts, der andere zügelt. Unser Herz ist ein ausgezeichnetes Beispiel für diese Verhältnisse. Sein Antriebsnerv sagt: „Nun lauf" — der Hemmungsnerv kommandiert dazwischen: „Ru — hig — Pau — se — ".

Dies Widerspiel verläuft sowohl im Bereich der niederen Verrichtungen des Organismus als auch bei seinen höheren Tätigkeiten. Die tief unter das bewußte Leben herabgesunkenen Handlungen nennen wir Reflexe. Sie haben mit dem bewußten Wollen garnichts mehr zu tun; es ist in diesen Vorgängen gleichsam rudimentär geworden. Früher einmal, als sie noch mühsam erworben wurden, waren auch sie bewußt und gewollt, jetzt sind sie durch unzählige Wiederholungen zu Automatismen herabgesunken, und an der Stelle, wo früher die stolze Bezeichnung „Bewußtsein" prangte, lesen wir jetzt: „Instinkt".

Noch früher — bei niederen Lebewesen — war das Wollen natürlich nur ein dumpfes Allgemeingefühl, welches sich erst durch die Ausbildung der Gehirnorgane allmählich zur Höhe menschenähnlichen Wollens entwickelt hat. Dieser Stufe unbewußten Geschehens, auf welcher sich fast alles unwillkürlich abspielt, stehen die rein vegetativen Verrichtungen unseres Körpers am nächsten. Zwischen diesen nun und dem Bereich der Gedanken und Gefühle liegt das Reich der Triebe, d. h. der Motive niederer Art, die aber noch nicht so fest eingewurzelt sind, wie die Reflexe, und die sich deshalb dem Einfluß bewußten Seelenlebens nicht so völlig entziehen können wie jene.

Darüber stehen die „überwertigen" Ideen, Leitbilder meist sittlicher Art, die durch Erziehung zu Motiven von besonderer Stärke geworden sind. Und daneben stehen nun die stets wechselnden Werte der höheren Beweggründe verstandes- und gefühlsmäßiger Natur.

Die Motivierung einer Handlung setzt sich nun aus dem Auftauchen von all diesen Vorstellungen zusammen. Jede gibt ihren Teil dazu, und das Ergebnis — das Wollen — ist das arithmetische Mittel von allen. Danach formt sich die Tat, d. h. dem entsprechend werden die nervösen Impulse an die Ausführungsorgane abgegeben, und alles Handeln besteht immer nur in irgend einer so zustande gekommenen Bewegung.



II. Vom Wollen und Aufmerken.

„Gut, Doktor, ich verstehe, daß wir bei aller gesetzmäßigen Bedingtheit unseres Handelns einen gewissen Einfluß auf den Inhalt unserer treibenden Vorstellungen haben und in diesem Sinne selbst für den unwillkürlichen Ablauf und das Ergebnis jenes Vorganges verantwortlich sind, den wir den Widerstreit der Motive nennen.

Wir bestehen gewissermaßen, wenn ich Sie recht verstanden habe, aus mehreren übergeordneten Instanzen. Wir sind aus verschiedenen Arten von Persönlichkeiten zusammengesetzt, von denen die einen Einfluß auf die anderen haben, als wären sie alle selbständig und arbeiteten nur in einem Raume — unserer ganzen Persönlichkeit — zusammen. Die gegenseitige Abhängigkeit dieser Teile bedingt ihre Unfreiheit, aber als Ganzes kommt der Außenwelt gegenüber eine gewisse Freiheit heraus.

Der Wille nun, oder wie Sie sagen „das Wollen", spielt die Rolle einer Steuervorrichtung dabei. Ist es so, Doktor?" —

Das letztere trifft nicht zu, wenigstens nicht vollkommen. Das Wollen ist ja doch nicht die Zusammenfassung aller beim Handeln zur Wirkung gelangenden Triebvorstellungen, und nur da, wo das Wollen als der Ausdruck der entscheidenden Motive erscheint, könnte man es in gewissem Sinne als Steuervorrichtung bezeichnen, aber nur für den Motivierungsprozeß selbst, nicht auch für den darauf folgenden Ablauf der Handlung. Für diese müssen wir vielmehr die Rolle des Steuerns der Aufmerksamkeit zuerteilen. — Mit demjenigen Augenblick nämlich, in welchem die Entscheidung gefallen ist, deren gefühlsmäßige Begleiterscheinung wir als Wollen empfinden, richtet sich die Aufmerksamkeit endgültig auf das gewollte Ziel hin und wirkt dann wie eine Art Scheinwerfer. Der Punkt, auf welchen ihr grelles Licht fällt, auf den steuern unsere inneren Bewegungsvorgänge, die Ausdrucksbewegungen

los, gleichviel ob gewollt oder nicht. Ja, je unwillkürlicher das geschieht, desto glatter und sicherer ist der Ablauf der Handlung — doch davon später.

Mit unserem bewußten Wollen können wir die Aufmerksamkeit überhaupt nicht auf irgend einen Punkt hinzwingen, auf den sie sich nicht von selbst, also unwillkürlich einstellt. Wo uns das scheinbar glückt, da liegt dies an äußeren, sie packenden Umständen, aber nicht an der Tatsache des Wollens. Die Aufmerksamkeit stellt sich vielmehr rein reflektorisch auf den Punkt ein, der sie errregt.

Betrachten wir diese Verhältnisse genauer. Die Aufmerksamkeit steht zur gesamten Breite des Bewußtseins in demselben Verhältnis, wie das scharfe Hinsehen zu dem ganzen Umfang des Gesichtsfeldes. Teilen wir uns nun einmal aus praktischen Gründen die Bewußtseinsmöglichkeiten auf unserer Hirnrinde in das Feld der äußern, sinnlichen Wahrnehmungen (ä. W.) und in das der inneren Wahrnehmungen (i. W.) ein. Im ersteren werden Sinneseindrücke als zusammengesetzte Vorstellungen bewußt, im letzteren tauchen die Vorstellungen in Form von Gedanken und Überlegungen auf.

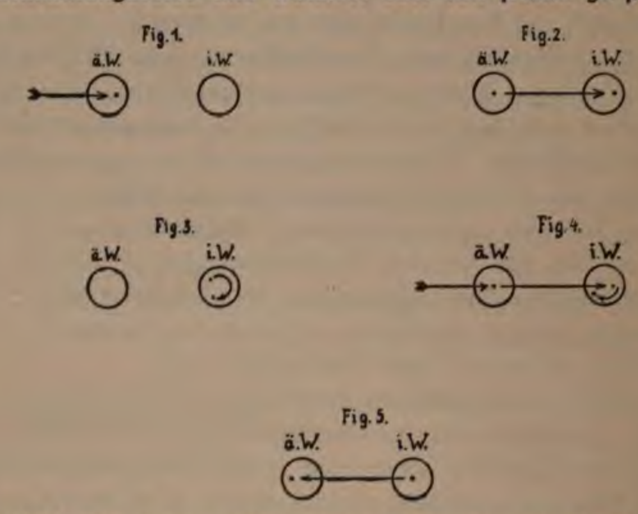
Wird nun irgend ein Punkt dieser beiden Felder stark erregt, so richtet sich die Aufmerksamkeit reflektorisch auf diesen hin. Da nun aber alle Punkte untereinander durch sogen. Assoziationsbahnen verknüpft sind, so eilt die Aufmerksamkeit auf diesen Bahnen der Erregungswelle unmittelbar nach, oder mit ihr mit, wenn Sie so wollen, und begleitet die Abwicklung der Vorstellungsreihen.

Dasselbe geschieht genau so auch unterhalb der Schwelle des Bewußtseins, und wir sprechen dann von unwillkürlicher oder innerer, intrapsychischer Aufmerksamkeit.

Diese Kette von Vorstellungen kann nun in ihrer inneren Zielstrebigkeit jäh unterbrochen werden, indem ein äußeres Ereignis irgend einen Punkt des äußeren Wahrnehmungsfeldes oder durch seine Vermittlung auch einen Punkt des inneren stark erregt und die Aufmerksamkeit dorthin reißt.

Eine Zeichnung wird das Verstehen erleichtern.

ä. W. und i. W. seien die beiden Wahrnehmungsfelder. Bei Fig. 1 gelangt eine sinnliche Erregung zur Wahrnehmung, und wir sagen: „es fällt mir etwas auf". Bei Fig. 2 weckt dieselbe einen Gedankengang, erinnert uns z. B. an ein Vorhaben oder weckt selber ein solches, das bei stärkerer Erregung sich zum Wollen steigert. Bei Fig. 3 weckt ein Gedanke einen zweiten, die Erregung bleibt im inneren Wahrnehmungsfelde und wandert dort von Punkt zu Punkt.

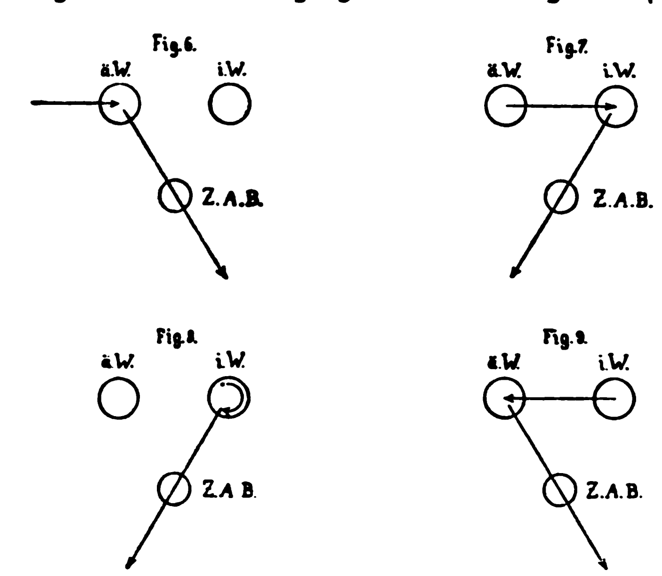


Es fällt mir dann etwas ein, entweder von selbst oder (Fig. 4) auf Grund eines äußeren Vorkommnisses. Bei Fig. 5 schließlich weckt ein Gedanke die Erinnerung eines sinnlichen Wahrnehmungsbildes auf, wie z. B. das innere Auftauchen einer Melodie, ohne daß sie äußerlich ertönt.

Von allen diesen Punkten aus kann nun ein Handeln einsetzen, wenn nämlich die Erregung so stark war, daß die Flutwelle nervöser Energie überfließt und aus dem Wahrnehmungsfelde nach dem Zentrum der Ausdrucksbewegungen (Z. A. B.) hin abfließt. — Aus der erregten Vorstellung ist eine Zielvorstellung geworden.

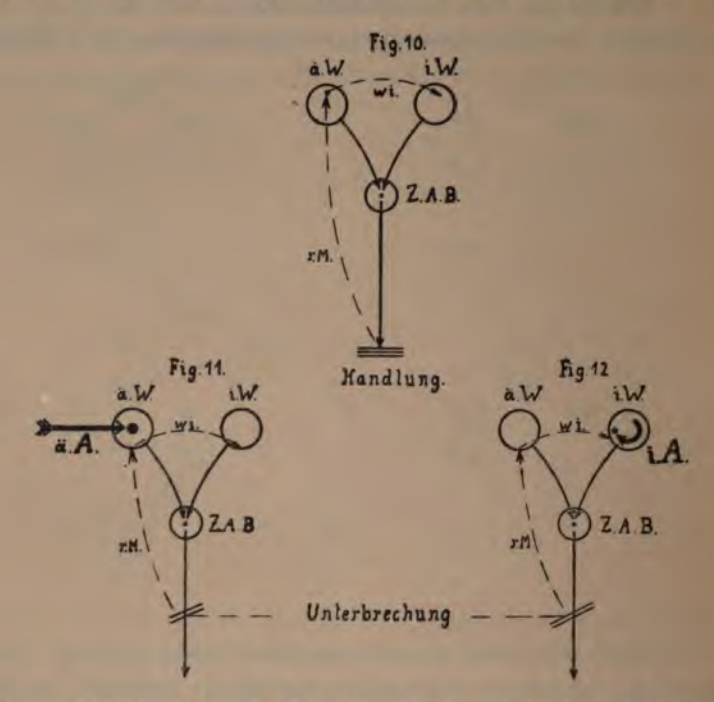
Je nach den oben angedeuteten vier Möglichkeiten ergeben ſich nun die Handlungen im Falle 1 (Fig. 6) als *reflexoide* oder bei 2 (Fig. 7) als *überlegte* Antworten oder bei 3 (Fig. 8) als Taten auf Grund eines *in mir ſelbſt* erwachten Vorhabens und 4 (Fig. 9) als *reproduktive* Tätigkeiten.

Gelangt die Tat zur Ausführung, ſo wird durch die dazu nötigen Ausdrucksbewegungen eine Änderung im Zuſtande



des Organismus bewirkt, die nun ſofort rückläufig nach oben gemeldet wird und im Wahrnehmungsfeld für äußere Eindrücke bemerkt wird. Der eigene Körper gehört für unſere ſinnliche Wahrnehmung nämlich mit zur Außenwelt. Durch dieſe rückläufigen Meldungen r. M. (Fig. 10) ſind wir inſtand geſetzt, die Ausführung der gewollten Ausdrucksbewegungen zu kontrollieren, und ſo erhält ſich die jeweilige Aſſoziations-*Tendenz* automatiſch, bis der Ablauf der Bewegungsvorgänge, wie ich vorhin erwähnte, jählings durch einen anderen Reiz unterbrochen wird, der ſowohl von außen her (Fig. 11

ä. A. = äußere Ablenkung) oder von innen (Fig. 12 i. A. = innere Ablenkung) einen Punkt der Wahrnehmungsfelder so stark erregt, daß die Aufmerksamkeit reflektorisch dorthin gerissen und abgelenkt wird. Dadurch wird aber der Ablauf des Handels unterbrochen. Gleichwie ein Radfahrer, der bei Nacht mit Hülfe einer blendend hellen Laterne auf finsterem

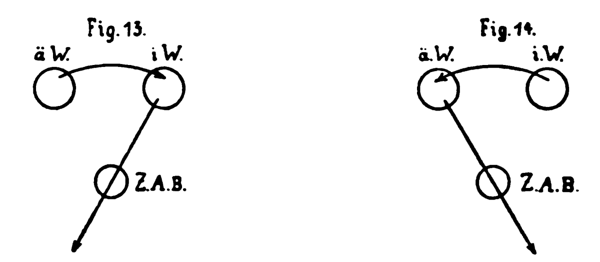


Wege dahinsaust, und der durch ein plötzliches Abbiegen des Laternenhalters seines führenden Lichtes beraubt wird, nicht weiter kommen würde und hinstürzen müßte.

Wie bei Fig. 10 die ausgeführte Handlung, ebenso werden bei 11 und 12 ihre Unterbrechungen rückläufig gemeldet und erregen im weiteren Verlauf auf der Assoziationsbahn wi. die Vorstellung des Zwiespalts zwischen der gewollten Bewegung und dem erfolgten Stillstand.

Verfolgen wir Fall 11 und 12 noch weiter. Es entwickelt sich nun zwischen den beiden Erregungszentren — dem primär vorhandenen und dem sekundär hinzugekommenen, die Aufmerksamkeit ablenkenden — ein Rangstreit, während dessen die Aufmerksamkeit unschlüssig bald nach ä. W. bald nach i. W. hin- und herspringt, bis die stärkere Erregung der einen Seite über den einzuschlagenden Weg des Geschehens entscheidet. Von der Stärke der Erregung und der daraus folgenden Triebstärke hängt es also ab, ob das Wollen siegt (Fig. 13) oder die Ablenkung (Fig. 14).

Sie sehen also, die Tatsache des Wollens hat garnichts an der Ablaufrichtung der Vorgänge geändert, die



Stärke der Erregung auf den Punkten des Wahrnehmungsfeldes haben wir nicht in der Gewalt, und damit auch nicht die Richtung der Aufmerksamkeit.

Das widerspricht zunächst unserem Empfinden aufs lebhafteste und der herrschenden Meinung ebenfalls, denn wir glauben, die Aufmerksamkeit ganz willkürlich dem oder jenem Gegenstande zuwenden zu können. Das ist aber sicherlich falsch. Die Aufmerksamkeit ist wohl etwas, das ich auf einem Punkt, der sie reflektorisch erregt hat, festhalten wollen kann, so daß aus der ständig fließenden eine angespannte wird; aber lenken kann ich sie mit Willkür nicht.

Wenn wir das letztere beabsichtigen, so muß der Gegenstand, auf den ich meine Aufmerksamkeit hinlenken

will, mir doch bereits vorher eingefallen sein, also die Aufmerksamkeit schon auf sich gelenkt haben, ehe ich sie ihm überhaupt zuwenden wollen kann. Unsere Absicht gilt immer nur dem „Festhalten", nie dem „Einfallen", oder sie ist unsinnig, weil auf Unmögliches gerichtet. Aber, wenn das Festhalten glücken soll, selbst dann muß uns die unwillkürliche Aufmerksamkeit erst zu Hülfe kommen, d. h. die Erregung der Aufmerksamkeit auf dem Punkt meiner Wunschvorstellung muß eine stärkere sein als auf den Punkten ihrer eventuellen Ablenkungsmöglichkeiten, oder mit anderen Worten: meinem Wollen muß die größere Triebstärke innewohnen, und die stammt aus der Kraft und der Tiefe meiner empfangenen Eindrücke her — dies für die Nutzanwendungen der Therapie [1]).

Vergegenwärtigen Sie sich das Gesagte noch an einem Beispiel aus dem Leben. Gesetzt den Fall, Ihr Blick falle auf dieses Buch. Indem es Ihre Aufmerksamkeit erregt, (Fig. 1) erinnern Sie sich (Fig. 2 bezw. 4), daß Sie darin arbeiten wollten, fassen den Entschluß es zu tun, und beginnen mit der Lektüre (Fig. 10). Bald sind Sie darin so vertieft, daß Sie gar nicht merken, wie in Ihrer Umgebung störende Unruhe herrscht. (Triebstärke!) Aber bei einem gelegentlichen Aufblicken (Nachlassen der Triebstärke) fällt Ihr Blick zufällig auf die Handarbeit Ihrer neben Ihnen sitzenden Gattin und das lenkt Sie ab (Fig. 11). Sie merken das (r. M.) und erinnern sich, daß Sie ja arbeiten wollten (wi.) und versuchen weiter zu arbeiten. Aber immer wieder irrt Ihre Aufmerksamkeit hin und her (Rangstreit der erregten Punkte), bis auf einmal der Arbeits-Stoff Sie packt (Fig. 13) und Sie wieder bei der Sache sind.

Was hat das alles mit dem bewußten Wollen zu tun? Das erstemal, als Sie den Entschluß faßten zu arbeiten, da war es auf dasselbe Ziel gerichtet, wie die Aufmerksamkeit,

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 115, 117, 118.

und da kein Zwiespalt hierin vorlag, durften Sie ohne weiteres sagen, daß Sie gewollter Weise arbeiteten. Das zweitemal wollten Sie ihre Aufmerksamkeit zwingen, die unterbrochene Arbeit fortzusetzen oder wieder aufzunehmen, diesmal zunächst ohne Erfolg, bis die rückläufige Ablenkung auf die Arbeit hin von selbst erfolgte.

Ärgern Sie sich nun gar über diese Ablenkung, so erfolgt damit eine seelische Abwehrhandlung. Sie wollen dann mit Absicht etwas erreichen, was nicht von selbst geschieht, und damit richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Tatsache des Abgelenktseins, bezw. auf die Tatsache, daß es nicht von selbst kommt. Und dann kommt es dazu, daß das Gefühl auftaucht: je mehr man mit dem bewußten Wollen die Aufmerksamkeit auf etwas hinzwingen will, desto mehr hindert man, daß das Gewollte geschehe. Der Wille als Hindernis des Könnens! Da haben wir das Paradoxon, das uns durch all unsere erzieherischen Aufgaben hindurch verfolgt.

Der Mechanismus ist der, daß man durch jedes „sich Mühe geben" die Aufmerksamkeit auf der Tatsache des Abgelenktseins festhält.

Sie können eben keinen Gedanken zwingen hervorzutreten, Sie können ihn auch nicht unterdrücken, und Sie können ihn auch nicht mit Gewalt festhalten. In allen Fällen geschieht stets das Gegenteil von dem, was Sie wollten. Damit löst sich das Rätsel der Erscheinung, denn wenn Sie etwas mit Gewalt erzwingen wollen, so denken Sie niemals an das, was Sie bezwecken, sondern unwillkürlich immer an das, was nicht da ist — an den Grund Ihrer Bemühung.

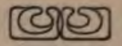
Achten Sie einmal auf die Richtung Ihrer Aufmerksamkeit in folgenden Fällen erfolgloser Bemühungen, und Sie werden erkennen, wie das Geschehen, die Handlung, stets ihr allein folgt, nicht aber dem Wollen. Z. B. wenn Sie sich mit Gewalt an etwas erinnern wollen, was Ihnen nicht von selbst einfällt, so denken Sie dabei daran, daß es Ihnen nicht

einfällt, oder daran, daß es Ihnen einfallen soll, nicht aber an das, was Ihnen einfallen soll.

Und wenn Sie z. B. den Strom Ihrer Tränen hemmen wollen, so denken Sie nur an die Tatsache, daß Sie weinen, und je mehr Sie versuchen, diese „Ausdrucksbewegung“, diesen unwillkürlichen Vorgang zu unterdrücken, desto weniger gelingt es, denn desto fester richtet sich Ihre Aufmerksamkeit auf den Ihnen peinlichen Zustand, dem Ihr Abwehrbestreben galt. Sie weinen also weiter, weil Ihre Aufmerksamkeit auf den Punkt: „Weinen“ eingestellt bleibt.

Und umgekehrt, wenn Sie versuchen würden, mit Absicht weiter zu weinen, obwohl der Tränenstrom versiegen will, so mißlingt auch dies, weil Sie mit demselben Augenblick nur noch daran denken, daß er nicht von selbst weiter fließen wollte. — Ja selbst, wenn ich Sie bloß auffordere, Sie sollten sich ernstliche Mühe geben, ruhig weiter zu weinen (was so wie so von selbst geschehen wäre), so kann das genügen, um den Tränenstrom versiegen zu lassen, weil das unwillkürliche Geschehen dadurch zerrissen wurde (Ablenkung), daß sich dabei die Aufmerksamkeit auf die Tatsache richtete, daß Sie weinen sollen, und nun nicht mehr auf dem Akt des Weinens, sondern auf dem Punkt des Weinen-Wollens ruht.

Sie sehen also, der bewußte Wille kann doch wohl kaum als Steuervorrichtung für unser Handeln gelten. Diese Anschauung ist vielmehr so unhaltbar, daß wir sie eher in ihr Gegenteil zu verkehren geneigt sind.



III. Von den falschen Zielvorstellungen.

„Also die Aufmerksamkeit bestimmt den Ablauf des Handelns oder der Ausdrucksbewegungen aller Art, wozu man — wenn ich Sie recht verstanden habe — auch alle körperlichen und seelischen Reaktionen überhaupt zu rechnen hat. Und das bewußte Wollen, meinen Sie, habe auf die Richtung der Aufmerksamkeit keinen unmittelbaren Einfluß? Und doch sprechen Sie davon, Doktor, daß es von der richtigen „Technik des Wollens“ abhänge, ob unser Wollen erfolgreich sei oder nicht[1].“ —

Ja, insofern, als die Technik des Wollens in der Wahl der richtigen Zielvorstellung besteht. —

Jedes Ding hat nämlich zwei Seiten, und wenn ich etwas will, so will ich zugleich etwas anderes nicht, und dementsprechend kann ich dem Inhalt meines Wollens oder meiner Zielvorstellungen auf zweierlei Weise Ausdruck geben; denn je nachdem ich dabei das Ziel namhaft mache, welches ich erreichen will (positive Zielvorstellung), oder dasjenige, welches ich zu vermeiden trachte (negative Zielvorstellung), wird der Gegenstand des Zieles ein anderer sein. Auf diesen stellt sich nun rein reflektorisch die Aufmerksamkeit ein, ohne dabei auf den Sinn des Gewollten Rücksicht zu nehmen[2]. Da aber jede Bewegung gemäß des Vorstellungsablaufs, ihre Richtung stets auf den Punkt nimmt, welchen die Aufmerksamkeit als Ziel beleuchtet, so geht sie auch dann auf dasselbe los, wenn es **ein zu vermeidendes** war.

---

[1]) Vgl. „Im Kampf um gesunde Nerven“ (2. Teil Kap. V). Vom Aufbau des Willens und von den falschen Richtungen des Wollens. (S. 111.)

[2]) Vgl. „Im Kampf . . . usw.“ S. 109.

Solche negativen Zielvorstellungen haben eine große Bedeutung für Nervöse, weil sie zu sinnlosen Anstrengungen verleiten und dadurch zur Erschöpfung seelischer Energie führen. Sie sind ferner die Quelle für all jene qualvollen Zustände, die uns als Hemmungen, Angst- und Zwangsvorstellungen bekannt sind. Ihre Bedeutung wächst ins Große, wenn ich daran erinnere, welche Rolle sie bereits in der Kindererziehung spielen, namentlich bei der typischen Gouvernantenart, die ständig mit lauter Verboten arbeitet. Ich habe das ja schon einmal genauer auseinandergesetzt[1]). Auch unsere gesamten Unterrichtsgrundsätze kranken an diesem Übel. Die Schule, wie sie heute noch ist, will die Kinder zu einer Aufmerksamkeit auf Dinge zwingen, die sie garnicht interessieren, und auf die sie sich nie von selbst gerichtet hätte. Und auf die Fragen, die sich dem Kinde aufdrängen, gibt die Schule ebenso grundsätzlich keine Antwort. Diese Unnatur bedeutet nicht mehr und nicht weniger als eine ungeheure Unkenntnis der allereinfachsten psychologischen Gesetze!

Negative Zielvorstellungen liegen auch allen seelischen Abwehrbestrebungen zugrunde, wie dem „Unterdrücken" von Erregungen, dem „sich Mühe geben" und „sich nichts merken lassen", vor allem aber auch dem schlimmsten Hindernis des Gelingens, dem „leidenschaftlichen Wunsch"[2]).

Bei all diesen Dingen ist das Wollen auf das Vermeiden irgend eines Fehlers gerichtet oder auf das Herauskommen aus irgend einem unangenehmen Zustand. Von einer positiven Zielvorstellung würden wir dagegen sprechen, wenn das Wollen oder vielmehr die Aufmerksamkeit auf das zu erreichende Ziel selbst gerichtet ist.

Außer der negativen Zielvorstellung gibt es noch eine zweite fehlerhafte Technik des Wollens, die rücklaufende Zielvorstellung, bei welcher die Aufmerksamkeit, statt auf das

---

1) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 51.
2) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 108.

Erreichen und auf die Tat — auf das Tun selbst, auf das „erreichen-wollen“, auf die Tatsache des Wollens, auf die Technik des Handelns gerichtet ist. Während bei der negativen Zielvorstellung der Ablauf der Ausdrucksbewegung eine seitliche Ablenkung auf das zu vermeidende Ziel hin erfährt, biegt bei der rücklaufenden Zielvorstellung die Bewegung um und mündet an ihrem Ausgangspunkt aufs neue in ihre eigene Bahn ein und beschreibt so fortwährend einen kleinen Kreis, ohne dabei vorwärts zu kommen. (Siehe Schema S. 113.)

Das tritt zum Beispiel ein, wenn man etwas, was man ganz gut kann, ganz besonders gut machen will, und damit natürlich den unwillkürlichen Ablauf der Handlung unterbricht und stecken bleibt.

Auch hier wieder können wir uns des Gefühls nicht erwehren, als ob das bewußte Wollen geradezu ein Hindernis für den ungestörten Ablauf der Ereignisse sei oder mindestens doch das Überflüssigste, was es für das Tun gäben könne. Und in praxi ist das auch so; denn wenn man jemanden auffordert, sich zusammenzunehmen, sich Mühe zu geben, kurz „zu wollen“, so zwingen wir damit seine Aufmerksamkeit auf einen Punkt hin, der nicht in der Richtung des unwillkürlichen Ablaufs der Ausdrucksbewegung liegt, und damit müssen wir dann das Tun unterbrechen. Wir schaffen von außen her ein Erregungszentrum, welches zum Ausgangspunkt einer neuen Bewegungsfolge wird, die nur auf Umwegen über die Erregungszentren der ursprünglichen Bewegung hinüber ins vorige Geleis zurückführen kann. „Du hast mich herausgebracht“ pflegt man dann unwirsch zu sagen.

Das Erschöpfende dieser Vorgänge liegt in dem Umstande begründet, daß wir bei allen negativen Zielvorstellungen etwas anderes tun sollen, als was uns innerlich als Ziel vorschwebt, während wir bei allen positiven Ziel-

vorstellungen nur einfach das innere, ideelle Bild unseres Handelns handelnd nachzumalen brauchen [1]).

Prüfen Sie bitte noch einmal einige alltägliche Vorkommnisse auf die Richtung der Zielvorstellung oder auf die Erregung der Aufmerksamkeit, und Sie werden meine Ansicht durchweg bestätigt finden. Wollen Sie mir bitte z. B. einmal recht gespannt zuhören, und sich recht Mühe geben, daß Sie kein Wort verlieren und alles verstehen, damit Sie alles womöglich wörtlich behalten oder gar nachschreiben können. Anstatt mir einfach zuzuhören, richtet sich dann bei dieser Anstrengung Ihre Aufmerksamkeit auf die Tatsache, daß Sie zuhören wollen und nicht mehr auf den Inhalt meiner Worte, von dem Sie dabei so gut wie nichts mehr verstehen.

Oder Sie sollen z. B. etwas niederschreiben, was Ihnen nicht von selbst kommt, und Sie sitzen federkauend da, weil Sie nur daran denken, daß Sie schreiben wollen, aber nicht daran, was Sie schreiben wollen.

Wenn Sie einem Kinde sagen, das ein Gedicht vortragen soll: es solle ja nicht stecken bleiben und recht schön betonen, so wird es immerfort an die Möglichkeit des Steckenbleibens denken müssen, und, anstatt das vor seiner kleinen Seele schwebende Idealbild unbekümmert zur Gestaltung zu bringen, wird seine Aufmerksamkeit auf allerhand technische Einzelheiten abgelenkt sein, so daß der Vortrag des Ganzen leiden muß.

Oder nehmen Sie einen Redner, der auf den Wortlaut sinnt, anstatt den allgemeinen Inhalt seines Vortrages ins Auge zu fassen. Der denkt dann garnicht an das, was er sagen wollte, sondern nur an die Tatsache, daß er etwas sagen wollte — nicht einmal an das fehlende Wort, das er auf fehlerhafte Weise sucht, sondern allein daran, daß es ihm fehlt — er will sich mit Gewalt erinnern, und denkt nur da-

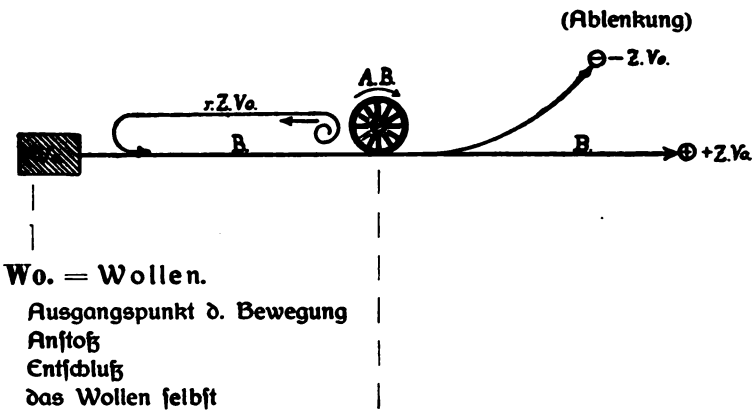
---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 116.

ran, daß er sich erinnern **will**, nicht an das, **woran** er sich erinnern will — und so geht es natürlich nicht.

Man muß erst **vergessen** haben, daß man „**wollte**“, **dann** erst läßt die Spannung von selbst nach, und die Aufmerksamkeit kann sich wieder dem eigentlichen Ziele zuwenden.

Schema der Zielvorstellungen.



Wo. = Wollen.
Ausgangspunkt d. Bewegung
Anstoß
Entschluß
das Wollen selbst

B. = Bahn der Ausdrucksbewegungen. A. B.
(Technik des Tuns.)

r. Z. Vo. = die rücklaufenden Zielvorstellungen.

— Z. Vo. = negat. Ziel-Vorst.		**+ Z. Vo. = posit. Ziel-Vorst.**	
das zu Vermeidende der lebhafte Wunsch Befürchtung, Zweifel das Verbotene	Abwehr-bestreben.	das zu Erreichende das Erreichbare das **Erreichte** die Zuversicht	echtes Wollen.

Aufmerksamkeits-Betonungen dabei:

ich **will** das erreichen	ich will das **erreichen**
hier will ich fort	**dort** will ich hin.
hier will ich nicht hin.	

Die Zeichnung veranschaulicht Ihnen die verschiedenen Arten von Zielvorstellungen schematisch. Das rollende Rad der Ereignisse versinnbildlicht irgend eine Ausdrucksbewegung

(A. B.), welche auf der Bahn des Geschehens (B) gewollt oder ungewollt dahinsaust. Bei den negativen Zielvorstellungen tritt das zu vermeidende Ziel seitwärts von der Bahn durch irgend eine Erregung in grelle Beleuchtung der Aufmerksamkeit und es erfolgt die Ablenkung des Geschehens, wenn die treibende Kraft nicht ausreicht, die Bewegung auf + Z. Vo. hin zu erhalten.

Bei der rücklaufenden Zielvorstellung (r. Z. Vo.) kommt durch die dem Radlauf entgegengesetzte Richtung der Aufmerksamkeit eine retardierende Wirbelbildung hinter dem Rade zustande, welche die Bewegung aufhält oder gar in zwecklosem Kreislauf auf den Ausgangspunkt der Bahn zurückführt.

IV. Weitere Folgen der fehlerhaften Technik des Wollens.

(Die Hemmungszustände.)

„Diese rücklaufenden Zielvorstellungen wirken also wie Bremsen auf den Ablauf des Geschehens. Und Sie meinen, Doktor, daß diese quälenden Hemmungszustände[1]) bei mir auch so zustande kommen?“ —

Ja sicherlich, deswegen setze ich Ihnen diese schwierigen psychologischen Dinge ja so genau auseinander. Wenn Sie nur dabei lernen wollten, das unsinnige „erzwingen-wollen“ zu lassen; und unsinnig ist es, denn es kann nicht glücken, auch beim Gesunden nicht. Wie Sie bei Ihren Angstzuständen garnicht mehr das oder jenes fürchteten, was Ihre Angst er-

[1]) Der Darstellung dient ein Fall von sogenannter psychischer Impotenz als Grundlage (seelisch bedingtes Unvermögen).

fahrungsgemäß hervorrief, sondern schließlich selbst Angst vor der Angst hatten, so wollen Sie hier wollen und richten Ihr Bemühen nicht auf die Tat, zu der sie vor lauter Wollen gar nicht kommen. Und dazu noch diese ewige Furcht vor dem Mißlingen!

Bei allen Hemmungsvorgängen sind Fähigkeiten und Können vollauf vorhanden; man fängt es bloß falsch an, sie zu benutzen, und darum nenne ich das eine „falsche Technik des Wollens".

Wie das zu einem chronischen Zustand wird? — Ganz einfach, durch die Verbindung von falschen Zielvorstellungen mit falschen, gefühlsmäßigen Urteilsbildungen, wie ich sie Ihnen im Beginn unserer Unterredungen (S. 3) geschildert habe.

Nehmen Sie den Fall, wie er bei Ihnen liegt. Sie hatten eine Handlung begonnen, deren unwillkürlicher Ablauf durch eine plötzlich auftauchende Vorstellung von lebhafter Gefühlsbetonung jäh unterbrochen wurde. Die Unterbrechung kam durch rückläufige Meldung zum Bewußtsein, und es bildete sich zwischen diesen beiden Vorgängen — der ablenkenden Vorstellung und der Vorstellung von der plötzlich versagenden Ausdrucksbewegung — eine sogenannte assoziative Verknüpfung. Nun versuchten Sie die Handlung mit dem bewußten Wollen durchzusetzen und zu erzwingen, und das gelang nicht, weil es nicht gelingen konnte, solange Ihre Aufmerksamkeit immer noch auf dem Punkt der ablenkenden Erregung verblieb.

Dort war einmal die Gefühlsbetonung als Grund stärkerer Erregung vorhanden, und zweitens war Ihr Wollen mit der Befürchtung des Mißlingens, oder doch mindestens mit der gespannten Frage: „wird es auch nicht mißlingen?" durchsetzt — eine zwiefach negative Zielvorstellung lag also vor.

Der unter solchen Umständen selbstverständlich negative Erfolg assoziierte sich mit den vorangegangenen Eindrücken zu einem Ganzen, das nun lautet: „Unter den obwaltenden

Verhältnissen liegt ein Unvermögen vor." Das aber ist ein unlogisches Urteil, welches nur auf der gefühlsmäßigen Befürchtung beruhte, daß es nun möglicherweise immer so sein würde.

In Zukunft taucht nun die Idee des „Nicht-Könnens" sofort auf, sobald von irgend einer Seite her der Vorstellungskomplex wach gerufen wird. Dieses „nicht zu können glauben" ist aber eine der schlimmsten Hemmungsvorstellungen, die es für den Nervösen geben kann. Darauf baut sich gelegentlich Angst und Verzweiflung und die schwerste allgemeine Willensschwäche auf. Sie wissen ja, daß ich unter diesem Ausdruck stets Triebschwäche verstehe; kann es aber wohl etwas Lähmenderes für unser Triebleben geben, als die Vorstellung des Unvermögens? —

Die Erregung, die sich unserer bei dem Auftauchen solcher falscher Urteile bemächtigt, wie das vermeintlich tatsächliche Unvermögen eins ist, macht uns vollends blind. Wir suchen nach allerhand Gründen und beschuldigen meist nur abermals ein zufälliges Zusammentreffen äußerer Umstände rein gefühlsmäßig als kausalen Zusammenhang, bekanntlich der beliebteste Trugschluß in der Nervosität. — Der Beachtungswahn, von dem ich an andrer Stelle sprach[1]), steigert sich dabei zu einem kleinen Verfolgungswahn, und das Bild einer klassischen psychogenen Krankheit tritt dann vor unsere Augen, denn auch das Ergebnis der Vorstellung — der körperliche Zustand als Folge der nervösen Impulse und Hemmungen — ist pünktlich zur Stelle.

Sie müssen klar sehen, wie Ihre Krankheit nur in Ihrer verkehrten Ansicht, in Ihrem fehlerhaften Urteil besteht, kurz in Ihrer Vorstellung, in Ihrem Glauben.

Wir wissen es seit Jahrtausenden, welche Heilkraft dem Glauben innewohnt. Die Heilung tritt als Folge der vorhandenen Vorstellung körperlich in die Erscheinung. Vom

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 83.

nervösen Kranksein haben Sie es ja wohl einzusehen[1]) gelernt, daß es nur den körperlichen Ausdruck Ihres geglaubten Zustandes darstellt, Ihres geglaubten Unvermögens, und daß ich das Recht habe, Ihnen gegenüber alle nervösen Schwächen und Überempfindlichkeiten als „vermeintliche" zu bezeichnen.

Und wir wollen ruhig noch weiter gehen, und sagen, auch alles gesunde Geschehen ist nur der Ausdruck und die Realisation eines gesunden Vorstellungsinhalts, des richtigen Urteils, das dahin lautet: „ich kann alles, was ich will."

Wir brauchen nur wirklich zu glauben, daß wir es können, dann ist uns nichts unmöglich; und nichts hindert uns als Unglaube und Kleinmut.

Darum ist es nicht gleichgültig, was wir für eine Weltanschauung haben. Die meine lautet in diesem Punkte: Schwäche ist Unglaube — im Grunde kann jeder Alles!



V. Von den positiven Zielvorstellungen und der Idee des Erreichbaren.

„Ja, wo der Fehler liegt, Doktor, das fange ich nun an zu begreifen. Aber wie soll man es denn anfangen, richtig zu wollen? — Die „Technik des Wollens" sagen Sie — ja, wie macht man es denn nun eigentlich richtig?" —

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 81 ff. „Was sind seelisch bedingte Krankheiten?" —

Indem man es vor allen Dingen nicht richtig machen will! — Unbekümmert geschehen lassen, das ist das Geheimnis — dann kommt alles ganz von selbst Schon das „richtig machen wollen" ist eine der hinderlichsten rücklaufenden Zielvorstellungen, die Sie haben können. Garnichts machen, das ist das große Kunststück, das der Nervöse lernen muß — vergessen, daß Sie etwas machen, etwas richtig machen wollten. Sonst richtet sich die Aufmerksamkeit auf die Technik, anstatt auf das Ziel, und dann kommt kein Ablauf, sondern ein Kreislauf (vgl. S. 113) oder ein Stillstand der Ausdrucksbewegung zustande, die Sie damit bis zu krampfhafter Spannung auf einem Punkt festhalten können.

Ja das ist eben das Schwierige, dies Geschehen einfach geschehen zu lassen und dabei eben nichts zu tun, es kaum zu beachten. Statt mit Gewalt irgend wohin zu drängen — was allemal zu einer heftigen Gegenwehr der unwillkürlichen Vorgänge führt — dürfen Sie nur jene Zielvorstellung ins Auge fassen, die ich die positive nannte. Das Ziel soll die Bewegung des Geschehens zu sich hinziehen, Sie dürfen sie nicht stoßen wollen.

Wenn jemand noch nicht sicher Rad fährt, so rennt er jeden Baum unterwegs an, den er vermeiden will. Wenn er aber vor sich hin sieht, gradeaus, dorthin, wo er hin will, des Baumes nicht achtend, so fährt er von selbst, d. h. unwillkürlich daran vorbei — darauf kommt es also an.

Lassen Sie sich erzählen, wie ich mir über diese Dinge klar geworden bin. Ich ruderte mit einer Dame, die noch nie gesteuert hatte und benutzte das zu folgender Beobachtung. Ich bat sie zu steuern und machte sie dabei auf alle Fehler aufmerksam (negative Zielvorstellung), ließ sie hinter sich schauen, auf die Zickzacklinien des Kielwassers, verbesserte ihre Körperhaltung, die Spannung der Stricke, das Maß der Steuerbewegungen usw., kurz, ich hielt ihr jede Kleinigkeit vor. Die Dame steuerte dabei immer schlechter statt besser,

und schließlich wurden die Unregelmäßigkeiten der Steuerung ganz toll. Sie kam sich unglaublich ungeschickt vor, war übelster Laune und dem Weinen nahe — mit einem Wort, sie gab sich unsinnige Mühe, und ihre Aufmerksamkeit war auf alles andere gerichtet, nur nicht mehr auf das Steuern, vor allem nicht auf den *Zweck* des Steuerns.

Sie sind Lehrer. Merken Sie wohl, daß ich hier in mir eine ganze Klasse von nervösen Schulmeistern schildere, die niemals etwas leisten werden als das eine, daß sie auch die *Kinder* nervös machen? —

Ich ließ die Dame zur Ruhe kommen, und nach einem Waldspaziergang wurde der Versuch auf dem Rückweg wiederholt. Ich sagte ihr diesmal: nun lassen Sie mal alle Aufmerksamkeit auf das Steuern sein, sie kriegen's ja doch nicht heraus. Sehen Sie nur dort vor sich hin auf den Kirchturm, und richten Sie die Spitze des Kahns auf denselben. Sie brauchen bloß zu sorgen, daß wir *auf den Turm losfahren*. — „Ja wie soll ich denn das machen, ich kann's doch nicht?" — Lassen Sie nur, gucken Sie nur unverwandt auf den Kirchturm. — Nach Ablauf einer Minute konnte die Dame *von selbst* steuern.

Das war eine positive Zielvorstellung, die Vorstellung desjenigen Zieles, welches ich erreichen will. Ich muß schon beim Entschlußfassen den rechten Ton auf die rechte Stelle setzen, nicht: „ich *will* das erreichen" heißt es, sondern „ich will das *erreichen*!"[1]) Noch besser ist es, wenn man sich das Ziel sogar schon als ein *Erreichtes* vor die Seele malt. Aber wie gesagt, die Ausführung der Ausdrucksbewegung, der Vorgang des Handelns muß ein unwillkürlicher sein, muß von selbst erfolgen; das Ziel muß uns ziehen.

Und nun übersetzen Sie diese psychologischen Erörterungen in die Sprache des Idealismus, und Sie werden begreifen,

---

1) Vgl. auch die Aufmerksamkeits-Betonungen unter dem Schema auf S. 113.

warum ich die Triebschwäche der Nervösen mit kraftvoll hochgespannten ideellen Zielen zu heilen trachte, denen allein die dazu nötige Gefühlsbetonung innewohnt.

„Doktor, Sie sagen, um also erfolgreich zu handeln, sollte man sein Wollen am besten zu Hause lassen. Aber das Ziel muß doch ein „gewolltes“ sein.“ —

Ja gewiß, aber das Ziel — nicht das Handeln. — Sehen Sie, der Mensch nennt alles Mögliche Wollen, was gar keins ist: die Absicht haben, den Entschluß fassen, sich etwas vornehmen, schließlich kommt gar der „gute“ Wille, der bekanntlich der allerschlechteste ist — das alles nenne ich nicht wollen, das nenne ich nur „möchten“.

Ernstes, tiefes, echtes Wollen kennzeichnet sich vor allen Dingen durch eins, durch die Verknüpfung mit der Vorstellung des sicher Erreichbaren. Nur von solchem Wollen heißt es: „wo ein Wille ist, da ist auch ein Weg.“

Darum sagte ich, die beste aller positiven Zielvorstellungen sei die Vorstellung des „Schon-erreicht-habens“. Kein Ziel sei uns dabei zu hoch — wir sollen den „Pfeil unserer Sehnsucht“ hinüber fliegen lassen ans „jenseitige Ufer“.

Was heißt der Kraft gegenüber, die in solchen Gedanken liegt, die Schwächlichkeit des zaghaften, „ich wills versuchen.“ Versuchen heißt soviel als an der Erreichbarkeit seiner Ziele zweifeln. Wenn ich mir etwas vornehme, dann kommt mir gar nicht der Gedanke, daß es unter Umständen mißlingen könnte, und darum glückt es mir meist. Unüberwindliche Hindernisse kommen uns noch früh genug zum Bewußtsein, wenn es soweit ist; aber töricht ist es, sich praenumerando künstliche Hindernisse für unser Tun „gefühlsmäßig“ aufzubauen, die keine logische Berechtigung haben.

Darum noch einmal, wer an der Erreichbarkeit seines Zieles zu zweifeln wagt, der verdient es garnicht, daß Sieg ihn kröne. Unglaube ist Schwäche — Glaube ist Kraft und Können![1]) —

„Den lieb' ich, der Unmögliches begehrt!"

VI. Vom Wollen und Können.

„Doktor, da hat man mir nun immer gepredigt: „Nimm dich zusammen" — und Sie sagen mir nun, das kann man mit seinem bewußten Wollen garnicht". —

O, man kann es schon, es kommt nur nichts dabei heraus.

Da, wo Wollen und Geschehen auf ein und dasselbe Ziel gerichtet sind, da glückt es freilich, und wir bilden uns dann sogar ein, wir hätten es kraft unseres starken Wollens erreicht. Wo aber der unwillkürliche Ablauf unserer Vorstellungsreihen in seiner Richtung und Tendenz anderen Trieben gehorcht oder auf andere Ziele zielt als das Wollen, da nützt es nicht nur nichts, sondern der nicht gewollte Vorgang tritt unter Umständen nur mit noch größerer Heftigkeit in Erscheinung[2]). Mühe geben wir uns eben immer nur dann, wenn etwas nicht von selbst gelingen will, also wenn die Aufmerksamkeit schon vom gewollten Ziele abgelenkt ist.

Ganz etwas anderes ist es, wenn die Triebkraft nur nachläßt und der Bewegungsvorgang des Handelns einzuschlafen droht. Dann kann ein erneutes Wollen, ein Zusam-

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 119. Vom Selbstvertrauen.

[2]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." über das Unterdrücken von Erregungswellen S. 39 ff. und 111 ff.

menraffen, der Bewegung einen neuen Stoß in derselben Richtung versetzen, die die Aufmerksamkeit noch inne hielt — nur ihr Beleuchtungseffekt war augenblicklich ein matter geworden. — Solches Zusammenraffen kann dann sehr wohl erfolgreich sein. Das aber, was wir gemeiniglich unter „sich Mühe geben" und „sich zusammennehmen" verstehen, ist etwas ganz anderes, als ein bloßer Anstoß und bedeutet grundsätzlich eine falsche Technik des Wollens, die niemals ein Können zeitigen wird, und in dieser Hinsicht genau so zu verwerfen ist, wie das „Unterdrücken von Erregungen". Wir sollen unseren Vorstellungsinhalt so gestalten, daß ihm keine Erregungen entströmen, die wir erst zu unterdrücken und zu bemeistern nötig haben. Da muß der Hebel einsetzen.

Genau genommen, werden wir von „Mühe geben" also nur dann sprechen können, wenn die Triebkraft nicht einfach nachließ, sondern wenn die Aufmerksamkeit abirrte — und wenn wir dann bestrebt sind, der Abgeirrten das alte Ziel wieder aufzudrängen, was eben nicht geht.

Die Aufmerksamkeit folgt reflektorisch. Vorstellungen kommen und gehen nicht wie wir wollen, sondern wie sie reflektorisch erregt werden. Es ist falsch, wenn man immer wieder liest, die eine würde von der anderen verdrängt. Verdrängen im strengen Wortsinne läßt sich eine Vorstellung überhaupt nicht — das ist ungenau gedacht und liederlich gesprochen — Vorstellungen können nur wechseln, indem sie durch andere abgelöst und ersetzt werden, je nachdem die Aufmerksamkeit auf eine andere Gruppe abgelenkt wird oder an einer Reihe von Vorstellungen entlang fortschreitet. Die Aufmerksamkeit ist eben die Begleiterscheinung einer unwillkürlich, d. h. reflektorisch erfolgenden Erregung von Vorstellungsbildern. Drängen ist dabei ein grundsätzlich sinnloses Bemühen.

Der Ablauf all unserer Lebensvorgänge ist also ein unwillkürlicher Vorgang, der in erster Linie durch gewisse Beziehungen, sog. assoziative Verknüpfungen, bedingt wird, und

bewegt sich durchaus nicht in einer vom Wollen beherrschten Richtung. Daraus müssen wir für das Können die rechte Begriffsbestimmung ableiten. Können ist das, was uns gelingt — und am besten gelingt uns, was wir „besinnungslos“ aus dem Unbewußten heraus leisten. Ja, alles tüchtige Leisten trägt diesen Stempel. Es muß wie von selbst über uns kommen, wenn es etwas Ordentliches sein soll.

Beobachten Sie nur einmal ganz genau, wie so etwas geschieht. Ein Gedanke ist in Ihr Leben getreten und hat Sie gepackt und durchglüht, aber als Sie ihn zur Tat werden lassen wollten, da ging es nicht recht — denn er war noch nicht reif. Und Sie ließen die Arbeit ruhen und wendeten sich wieder den täglichen Aufgaben Ihres Lebens zu. Aber hin und wieder, im Lauf der Wochen, da huschte blitzartig ein Erinnern zwischen anderen Vorstellungen hindurch, und es tauchte für einen Augenblick jener Gedanke auf, der Sie gepackt hatte — und dies in einer Form, die Ihnen sagte: da ist etwas an der Arbeit — unterhalb der Schwelle des bewußten Seelenlebens gärt es und formt es sich, der Same keimt und wächst. Und wenn Sie klug sind, so lassen Sie ihn ruhen und scharren nicht, wie Kinder pflegen, alle Tage die Erde auf, um nachzuschauen, wie weit er gediehen; denn noch ist seine Stunde nicht gekommen.

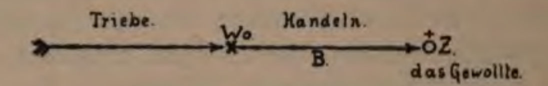
Und dann auf einmal, da kommt es über Sie wie ein Trieb, die Lust des Schaffens regt sich, und wie Sie sich hinsetzen zur Arbeit, da sprudelt es aus dem eröffneten Quell. Aus der Tiefe des Seelischen geschieht eine Geburt, und ein fertiges Ganzes tritt auf einmal zutage, überraschend für den Schöpfer selbst, der gar nicht gewußt, daß in seinem Inneren jenes Samenkorn ausgereift war, und das ohne ein bewußtes Wollen und Zutun. Ist es nicht so? —

Zu solchem Handeln darf das Wollen eben nur den ersten Anstoß geben, es darf nur ein augenblicklicher Akt sein, aus dem dann das Tun sich ergibt. Dann aber muß das Wollen am besten aufhören, wenn die gewollte Handlung

glatt vor sich gehen soll, oder — wie ich sagte — man muß vergessen, daß man wollte.

Doch nun lassen Sie, bitte, das Wollen ganz aus dem Spiele, und betrachten Sie zum Schluß noch einmal das Können für sich. Was ist das Können? — was ist der Erfolg?

Eine Fähigkeit ist es, eine Eigenschaft, die wir als Folge von Übung erwerben, die wir aber niemals einfach mit unserem bewußten Willen erzwingen können. Um ein „Können" zu erwerben, bedarf es der Einwirkung auf ganz andere Stellen der Bahn unseres psychologischen Geschehens als auf den Punkt, den wir in der Zeichnung S. 113 mit Wo. = Wollen bezeichneten.



Gehen wir über diesen Punkt nach rückwärts hinaus. Dort bilden den ersten Teil der Bahn, auf dem die Ausdrucksbewegungen dem Ziele entgegen rollen, die Triebe.

Sind diese stark genug, um der Ausdrucks-Bewegung einen kraftvollen Schwung zu verleihen, so reißt dieser Schwung das Geschehen über alle Hindernisse der Bahn hinweg und an allen Ablenkungsgelegenheiten, die rechts und links von ihr lauern, vorbei, dem gewollten Ziele entgegen. Das „Handeln" wird durch den Erfolg zum „Können" gestempelt.

Umgekehrt, war die auf das Gelingen gerichtete Ausdrucksbewegung eine sichere und kraftvolle, so haben wir daraus den Schluß zu ziehen, daß die treibende Kraft der Zielvorstellungen eine große war, daß starke Triebe das Geschehen regierten.

Verfehlt aber dies Handeln sein Ziel, und verliert es das Gewollte aus dem Auge, so war die treibende Kraft nicht stark genug, um dem Geschehen den nötigen Schwung

zu verleihen, der es mit sich fortriß, und wir sprechen dann von Triebschwäche. Dasselbe ist auch dann der Fall, wenn die Bewegung zwar von der Bahn nicht abirrte, aber matt wurde und einzuschlafen drohte.

Ganz allgemein spricht man bei diesen Verhältnissen von Willensschwäche, wo ich hier die Bezeichnung „Triebschwäche" gebrauche. Das führt zu Irrtümern bei der Behandlung, zu dem gänzlich fehlerhaften Bemühen, durch bewußtes Wollen, das vom Punkte Wo. her einsetzen soll, dem mangelnden Können auf die Beine zu helfen. Das kann man aber nur dadurch erreichen, daß man die Triebschwäche zur Triebstärke anschwellen macht.

Ich setzte Ihnen schon einmal auseinander, daß das Wollen in anderem Sinne so aufgefaßt werden kann, daß es eine arithmetische Summe von Zielvorstellungen darstellt, welche zu den Trieben im niederen Sinne als Ausdruck höherer Triebvorstellungen und Wünsche hinzukommt[1]. Es wäre danach also zum Teil berechtigt, von Willensschwäche zu reden, denn ein Teil der Größe: „Triebe" besteht dann aus bewußten Willens- und Hemmungsvorstellungen. Aber eben deswegen ist es falsch, bei mangelndem Können von Willensschwäche schlechthin zu reden, weil man damit nicht die ganze Größe „Triebe" umfaßt, die in ihrer Gesamtheit, in dem Ergebnis ihrer Summen zu klein, zu schwach sein muß, um mangelndes Gelingen = fehlendes Können zu bedingen. Darum ist es richtiger, für den allgemeinen Sprachgebrauch das Wort „Willensschwäche des Nervösen" durch die Bezeichnung: „Triebschwäche" zu ersetzen. —

Um besser zu „können", müssen wir also stärkere Triebe, nicht stärkeres Wollen anstreben, denn das letztere führt uns bezüglich der Wahl zweckmäßiger Mittel und Wege leicht in die Irre.

---

[1]) Vgl. S. 96—99.

Vervollständigen wir zu diesem Zwecke unser Schema. Die Triebe nehmen ihren Ursprung im Bereich der *Vorstellungen* (Vo.), wo sie als positive und negative Werte massenhaft ihrer Verfügung entgegensehen, jeden Augenblick bereit, durch die innere Aufmerksamkeit geweckt zu werden, um sich auf die Bahn der Motivierungen als Bewegungsantriebe hinauszustürzen, aus denen sich hinter dem entscheidenden Startpunkt Wo. das Handeln ergeben soll. *Auf die Vorstellungen müssen wir also einwirken, wenn wir starke Triebe erzeugen wollen.*

Vo.
Eindrücke
Tr
Triebe
Handeln u. Können
Wo
B
ÖZ.
das Gewollte.
Mo.

Die Vorstellungen nun sind die Folgeerscheinungen der *Eindrücke*, und da haben wir nun endlich den Punkt, wo eine wirksame Abhülfe einsetzen kann. *Starke, tiefe Eindrücke, statt vieler und oberflächlicher, das ist unsere Rettung! Das schafft Vorstellungen von Kraft und Breite, Vorstellungen, deren Erregung eine Welle erzeugt, die eine gewisse Wucht hat.* Die Intensität der *Erzeugung* solcher Vorstellungen spiegelt sich in der Lebhaftigkeit wieder, mit der sie zur *Wirkung* erwachen.

Das erklärt uns den Wert, den einzelne Vorstellungskomplexe besitzen, die wir als *überwertige* bezeichnen, wie Ehre, Liebe und Treue. *Wie ein gewaltiger Akkord braust es durch unser Geschehen und Handeln, wenn solche stark tönenden Saiten angeschlagen werden.*

Wie man in kleinlichster Weise vorgehen muß, um die gewohnheitsmäßig erworbene Triebschwäche, die Gedankenlosigkeit und Zerstreutheit zu bekämpfen, die Sammlung und Konzentrationsfähigkeit anzuerziehen, das haben Sie ja in

meiner Schrift gelesen [1]) und danach „handeln" und „können" geübt. Eindrücke gilt es da zu vertiefen und von verschiedenen Seiten her zu beleuchten, daß sie Plastik gewinnen; dann werden lebhafte Vorstellungen und starke Triebe daraus und kraftvolles Handeln.

Und was Sie im kleinen gelernt, das soll auch im großen Ihr Handeln beherrschen.

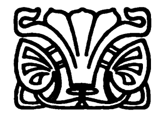
Mit klarer Einsicht blicken Sie nun den Pfad entlang, den ich Sie bis hierher geführt. Ergebung lehrte ich Sie zuerst und danach freudige Einordnung in das Geschehen. Und nachdem Sie sich fügen gelernt, lehrte ich Sie handeln.

Fort mit der Furcht und dem Unglauben! Dem Mutigen gehört die Welt — das ist der Sinn meiner Lehre. Es gibt kein: „ich kann nicht."

Wähle dein Ziel, so hoch du zu denken vermagst und glaube an seine Erreichbarkeit — das ist das Geheimnis des Erfolges!

---

[1]) Vgl. „Im Kampf . . . usw." S. 117. „Von der Gedankenlosigkeit und Zerstreutheit."



Schlußwort: Von der gestaltenden Kraft des Gedankens.

So wären wir denn am Schluß unserer Gespräche angelangt. Aber noch eines will ich Ihnen sagen, gleichsam um Ihnen die Berechtigung meiner ganzen Art, Sie zu lehren, daran zu erweisen.

Immer wieder ist Ihnen im Laufe der Zeit die Frage auf die Lippen gekommen, wie soll ich das machen? — und noch zuguterletzt habe ich Ihnen den Erfolg als vom ruhigen Geschehenlassen abhängig geschildert, weil so allein die gesunde Urkraft Ihrer Natur zum Handeln gelangt.

Es wollte Ihnen zwar scheinen, daß es solchem Geschehenlassen grade an jener Aktivität fehle, welcher ich doch sonst das Wort rede. Aber das ist eine falsche Auffassung dessen, was ich wollte. Ich beabsichtigte damit nur, Ihre Aktivität von einem Punkte fern zu halten, auf dem sie nicht am Platze ist, und ihr den einzig richtigen Angriffspunkt für unser Tun zuweisen.

All unser Handeln fließt aus unserem Inneren als das Ergebnis der Vorstellungen, die in uns wohnen und herrschen. Eine *falsche* Technik des Wollens ist es daher, wenn wir, unzufrieden mit unserem Handeln, eine Änderung anstreben durch Änderung des Handelns selbst. Stets aufs neue müßten wir dann die unfruchtbare Arbeit beginnen; denn wie wir uns auch mühten, diese *Folgen* und *Ergebnisse* unseres inneren Vorstellungslebens zu modeln und umzugestalten, stets aufs

neue würde sich unser Tun in alter unliebsamer Weise aus dem Vorstellungsinhalt heraus gestalten, bis es uns durch Zufall oder durch eine veränderte, wohlbedachte Technik gelingt, diesen selbst zu ändern.

Der Quell unseres Handelns, die Ursache der Art und Gestaltung unseres Tuns, das also ist der rechte Angriffspunkt für die „rechte Technik des Wollens“. In dieser Erkenntnis ruht das Geheimnis aller Erfolge der Erziehung und der Selbstzucht und aller Erfolge überhaupt.

Darum ist es falsch, wenn Sie zur Heilung Ihrer nervösen Schwächen immer nur an Ihrer Handlungsweise etwas ändern, immer nur das oder jenes anders machen wollen. Bessere Gründe müssen Sie schaffen für Ihr Handeln, andere Motive für Ihre Motivierungen, Vorstellungen von herrschendem, überragendem Wert und überwältigender Kraft — dann brauchen Sie um Ihr Handeln nicht mehr zu sorgen, das erfolgt dann, wie ich sagte, von selbst in gesunder, kraftvoller Form.

Unser Vorstellungsinhalt ist eben — entsprechend der anererbten Zusammengesetztheit unserer Persönlichkeit — eine veränderliche Mischung von widerstrebenden Werten. Wenn sich aus derselben ein gesundes Geschehen gestalten soll, so gilt es einzig, diese Mischung durch ständige Berührung mit gesunden und großen Gedanken allmählich und dauernd so zu gestalten, daß der herrschende Vorstellungsinhalt ein sittlich möglichst hoher wird. Eine Weltanschauung als Therapie nervöser Schwäche! — wie ich eingangs sagte.

Damit habe ich „dem Gedanken“ freilich eine Kraft zuerkannt, die man im Zeitalter des Wägens und Messens nicht geachtet hat. Ja ich nannte ihn schon einmal ungescheut ein reales Ding[1]), und ich fasse ihn tatsächlich als eine Kraftform auf, genau wie andere Energiewellen.

---

1) Vgl. S. 73.

Sie können ſich das nicht vorſtellen? — Ja können Sie ſich vielleicht das Weſen elektriſcher Energiewellen vorſtellen und ähnlicher Dinge? — — Nun gut; aber deshalb zweifeln Sie doch keinen Augenblick an der Realität dieſer Dinge. Warum? — einfach, weil Sie aus ihren offenſichtlichen Wirkungen rückſchließend ihr reelles Sein feſtſtellen. Nun nach dieſem durchaus berechtigten Verfahren müſſen wir der Energieform des Gedankens eine Gewalt zuerkennen, die ſie jedenfalls über die Welt der ſogenannten organiſierten Materie zur Herrſcherin werden läßt.

Unſer Handeln iſt die Folge unſerer Vorſtellungen. Im breiteſten Wortſinn iſt alles organiſche Geſchehen in dieſem Begriff Handeln inbegriffen, ausnahmslos — und ſo ſind wir ſchließlich in allen Teilen und zu jeder Zeit nichts anderes als eine gewordene, körperliche Realiſation unſeres Vorſtellungsinhalts, mit den beſonderen Eigentümlichkeiten der vorherrſchenden Beſtandteile dieſer Miſchung. Mit einem Wort, wir ſind die Geſtaltung von Gedanken — wir ſind das, was wir denken.

Blicken Sie um ſich, jeder ſogenannte typiſche Menſch iſt ein lebendiger Beweis für die Richtigkeit dieſer Anſchauung. Schon, daß es überhaupt Typen gibt, iſt Beweis genug, — Menſchen, denen man den Lehrer, den Geiſtlichen, den Offizier, den Diplomaten, den Künſtler anſieht, Typen, denen man ihre vorherrſchenden Charakterzüge, ja die Richtung ihrer Weltanſchauung vom Geſicht leſen kann. Und nun verfolgen Sie die geſtaltende Kraft des Gedankens bezw. der Vorſtellung auch in die tiefſten Falten Ihres Inneren hinein. Wenn Sie ehrlich ſind gegen ſich ſelbſt, ſo kennen Sie ſich in ihren Beweggründen recht gut. — Sie ſind, was Sie denken!

Und dann erinnern Sie ſich noch einmal an alles — Alltägliches ſowohl als Wunderbares — was ich unter dem Begriff der Pſychogenie zuſammengefaßt habe. Krankes wie geſundes Geſchehen ſind Lebensprozeſſe, die durchweg zentral d. h. nervös, d. h. ſeeliſch bedingt ſind, ausnahmslos,

gleichviel ob Sie dabei die Gallenbereitung einer Leberzelle oder die schamvolle Erschlaffung der Gefäßmuskelzellen Ihres Gesichtes ins Auge fassen.

Auf dieser Erkenntnis, die einen der Grundgedanken meiner Weltanschauung bildet, fußt für mich die Möglichkeit, als Arzt mit ruhiger Sicherheit an die Aufgabe heranzutreten, die Ihr Vertrauen als Kranker mir auferlegt. Denn ich weiß, daß es Gedanken gibt, die nur von Ihrem Vorstellungsinhalt Besitz zu ergreifen brauchen, um Ihr Kranksein zu besiegen. Ich weiß es aus lebendiger Erfahrung heraus, nicht etwa vom grünen Tisch her.

Kranksein heißt Gedanken voll Furcht und Schwäche haben — negative Zielvorstellungen und Befürchtungen aller Art drängen sich dann zur Gestaltung. Kranksein ist falsches Denken, falsche Wertschätzung wertloser Unwesentlichkeiten — Selbstwahn mit einem Wort.

Gesundheit und Kraft heißt kraftvolle und gesunde Vorstellungen haben, die mit der Kraft der Schönheit, der Größe und der Güte zur Gestaltung drängen.

Der Gedanke eine Kraftwelle! Unser Denken der Ausgangspunkt gestaltender Vorgänge — keine „mystische Intelligenz", sondern ein Zentralpunkt von Energieformen, seinerseits abhängig von den übergeordneten Zentren höherer Einheiten! — So wird die Psychogenie als Ideogenie zu einem Eckpfeiler unseres idealistischen Glaubensbekenntnisses, das in der Kraft jenes sehnsuchtvollen Gedankens des Werdens und unablässigen Höherwachsens den ewigen Urgrund und Drang alles Seins erblickt, das nur als der körperliche Ausdruck jener weltengestaltenden Kraft des Sehnens Sinn und Bedeutung gewinnt.

In uns liegt also die Macht, das Leiden zu überwinden durch Betonung des wahrhaft Wertvollen und durch Geringschätzung des Unwesentlichen, kurz durch Erkenntnis und rechtes Denken.

„In dir selbst liegt die Ursache von allem, was in deinem Leben geschieht. Wenn du zur vollen Erkenntnis deiner inneren Kräfte erwachst, so bist du imstande, dein Leben völlig nach deiner Willkür zu gestalten!" — Das steht als Motto über einer Schrift, die den Titel trägt: „In Harmonie mit dem Unendlichen!" [1]) Und wahrlich, in dieser Harmonie hört das Leiden auf, das uns nur als Mahner entstand, weil wir von dem naturgewollten Wege abgewichen waren, als dessen Ziel ich im Motto dieses Buches die „Bildung sittlicher Fähigkeiten" bezeichnete. Wir brauchen bloß einzulenken, und der Mahner verstummt, weil er überflüssig wurde [2]).

Dies klar zu machen, war die Aufgabe meines Buches. Wann ist sie gelöst? — Wenn Sie gelernt haben aus bewußter, stolzer Einordnung in den gottgewollten Gang des Geschehens in Geringschätzung und heiterem Gleichmut über den Dingen zu stehen, so daß Sie von ihnen, von Verhältnissen und Menschen nicht mehr persönlich berührt, geschweige denn verletzt werden können. Dann sind Sie in jeder Lage voll ruhiger, selbstbewußter, furchtloser Kraft zu vornehmer, sittlicher Größe, d. h. zu einem Handeln voll selbstvergessener, gütiger Liebe.

In diesem Sinne wollte ich aus dem nervösen Schwächling und „Lebensdilettanten" durch eine wahrhaft ärztliche Erziehungstherapie eine starke, in sich gefestigte Persönlichkeit heranreifen lassen, die über den Dingen steht und ihre jammervolle Abhängigkeit von ihnen verloren hat, so daß Liebe, Güte und Kraft an die Stelle nervöser Gereiztheit treten können.

---

[1]) Von Ralph Trine. Engelhorn, Stuttgart 1905.
[2]) Vgl. auch S. 9 und 10.



Gebauer-Schwetschke Druckerei und Verlag m. b. H., Halle a. S.



